

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu persoalan psikologis yang menyerang hampir seluruh manusia di dunia adalah kondisi stres terhadap tuntutan yang dimilikinya, baik tuntutan pendidikan, keuangan, pekerjaan, dan lain-lain. Di Indonesia contohnya, sebagian besar penduduknya bekerja sebagai karyawan pabrik atau buruh. Maka dari itu tidak dipungkiri lagi bahwa banyak pabrik-pabrik yang berdiri di tanah Indonesia sehingga tanggal 1 Mei diperingati sebagai Hari Buruh Internasional. Terlepas dari itu semua, baik karyawan pabrik maupun lainnya pasti akan mengalami berbagai persoalan fisik maupun psikologis. Salah satunya adalah stres kerja.

Stres kerja adalah segala hal yang ada di lingkungan kerja dan dimaksudkan sebagai bentuk tuntutan atau ancaman. Dengan kata lain sebagai suatu keadaan di tempat kerja yang menimbulkan ketidaknyamanan karyawan itu sendiri (Bell, Rajendran, dan Theiler, 2012). Stres kerja juga didefinisikan sebagai bentuk reaksi atau respon individu terhadap suatu karakteristik dari lingkungan kerja yang dialami atau dirasa membahayakan kondisi fisik maupun emosional (Arshadi & Damiri, 2013).

Stres kerja dapat menjadi masalah baru di suatu perusahaan seperti ketidakhadiran dan menurunnya performa karyawan dalam

bekerja. Hal tersebut membuat produktifitas pada perusahaan menjadi turun dan mendapat citra buruk di kalangan masyarakat (Ikonne, 2015). Di sisi lain, karyawan yang memiliki stres kerja akan berdampak buruk terhadap kesehatannya, seperti detak jantung dengan irama yang tidak teratur sehingga menimbulkan kesulitan dalam berbicara dan berpikir secara rasional (Robbins & Judge, 2015).

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 07 Oktober 2021 yang dilaksanakan di Pabrik Baju bagian sewing atau menjahit di Kota Probolinggo melalui wawancara kepada 5 responden didapatkan hasil bahwa 3 responden menyatakan dirinya merasa tertekan saat akan berangkat kerja, tidak bersemangat kerja, jantung berdebar saat berangkat kerja dan selama bekerja, hal itu dikarenakan atasan memberikan teguran yang berlebihan hingga ada karyawan yang berhenti, 2 responden lainnya menyatakan saat akan berangkat kerja jantungnya berdebar dan beban dalam pikirannya semakin bertambah berat karena harus bekerja sesuai target yang telah ditentukan serta kurangnya waktu istirahat yang cukup.

Tenaga kerja termasuk salah satu hal yang sangat penting, karena manusia merupakan tenaga kerja yang sangat berguna bagi perusahaan yang kadang-kadang sering diabaikan sebagai aset yang berguna dan berharga (Olusegun, Oluwasayo, dan Olawoyin, 2014). Seringkali perusahaan hanya menganggap tenaga kerja atau

karyawan hanya sebagai beban yang selalu mendapat tekanan untuk mengurangi biaya dalam produksinya. Namun, persepsi tersebut kurang tepat. Justru karyawan adalah satu-satunya aset yang tidak dapat dicari di manapun atau dijiplak oleh manusia yang lain karena pada dasarnya tiap-tiap manusia pasti memiliki ciri khas yang unik yang diciptakan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Oleh sebab itu, tenaga kerja atau karyawan harus dijaga dan dihargai sehingga tenaga kerja tersebut memberikan umpan balik yang baik kepada perusahaan (Gaffar, 2012).

Karena perkembangan zaman yang semakin maju dengan pesat, maka para tenaga kerja mau tidak mau harus terus dituntut oleh keadaan dan harus bisa beradaptasi dalam segala kondisi. Termasuk beban kerja yang berat, kebutuhan sehari-hari yang semakin banyak dan harus terpenuhi, pendapatan yang tidak sinkron dengan biaya hidup, persaingan hidup mulai dari persaingan kerja, persaingan gaya hidup, dan lain-lain agar bisa tetap bertahan dalam menjalani kehidupan. Tenaga kerja atau karyawan dihadapkan pada berbagai masalah di dalam perusahaannya, hal tersebut mengakibatkan karyawan mungkin mengalami permasalahan dalam pekerjaannya (Khuzaeni, 2013). Bila pekerja atau karyawan sebagai satu-satunya sumber daya manusia mengalami situasi yang kurang baik di dalam perusahaan maupun di lingkungan lainnya hingga memengaruhi dalam bekerja, maka hal tersebut dapat menyebabkan

keselamatan dalam bekerja tidak akan terjadi atau bisa jadi menimbulkan kecelakaan dalam bekerja.

Bila kondisi stres terus terjadi, akan menyebabkan masalah yang serius. Kondisi stres kerja dapat mengakibatkan dua hal, yang pertama yaitu para pekerja atau karyawan lebih terinspirasi atau termotivasi untuk berusaha bekerja dengan lebih baik lagi serta bisa memacu semangat para karyawan untuk bekerja lebih giat. Sedangkan akibat dari stres kerja yang mungkin terjadi yaitu para karyawan akan merasa gelisah, hilang kesabaran, emosi yang tidak terkontrol, malas dalam bekerja, hilangnya rasa loyalitas terhadap instansi, menurunnya tingkat konsentrasi saat bekerja, hingga denyut jantung dan tekanan darah meningkat serta menyebabkan penyakit yang fatal seperti depresi (Priansa, 2017).

Timbulnya masalah stres pada karyawan sebaiknya segera ditangani. Upaya-upaya yang dapat mengurangi stres kerja bisa dilakukan sendiri seperti mengawali hari dengan berdoa dan senyuman serta keikhlasan dari hati bahwa segala sesuatu yang terjadi harus diterima dengan lapang dada. Selain itu, membicarakan hal-hal atau curhat dengan atasan menjadi hal yang mungkin bisa mengurangi stres kerja pada karyawan, serta dapat melakukan relaksasi sejenak sebelum memulai pekerjaannya kembali.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti "Gambaran Stres Kerja Karyawan Pabrik Baju Divisi Sewing di Kota Probolinggo".

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran stres kerja karyawan pabrik baju divisi *sewing* di Kota Probolinggo?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran stres kerja karyawan pabrik baju divisi *sewing* di Kota Probolinggo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Bermanfaat sebagai bahan tambah dalam membaca dan ilmu pengetahuan tentang gambaran stres kerja dan sebagai bahan teori perkuliahan hingga dapat menunjang ilmu yang ada dan wawasan penelitian dalam pengembangan dan penerapan ilmu yang didapat selama perkuliahan.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi profesi

Dapat dijadikan pengetahuan bagi perawat dalam memberikan upaya pencegahan stres kerja

2. Bagi responden

Dapat mengurangi stres kerja untuk mengantisipasi timbulnya penyakit