

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Stres adalah sebuah keadaan yang dialami seseorang ketika ada ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya. Pada tahap tertentu stres kerja akan meningkatkan kinerja pegawai, namun semakin tingginya tingkat stres kerja akan berdampak pada menurunnya kinerja pegawai. Stres yang berlebihan akan menyebabkan pegawai frustrasi dan membuat kinerjanya menurun, dan sebaliknya stres yang terlalu rendah akan menyebabkan pegawai tidak termotivasi untuk berprestasi (Suprihanto). Pegawai yang mengalami stres kerja akan merasa tertekan dalam melaksanakan pekerjaan sehingga tidak dapat menyelesaikan tugasnya secara optimal [1].

Seiring berkembangnya zaman angkatan kerja di Indonesia mengalami perubahan. Salah satu dari perubahan tersebut yaitu tidak hanya laki-laki yang bekerja namun perempuan juga ikut berpartisipasi dalam angkatan kerja dan hal ini menjadi fenomena yang menarik. Masuknya perempuan dalam angkatan kerja memunculkan konsekuensi dalam masyarakat bahkan dalam kehidupan pribadi yang bersangkutan. Perempuan yang bekerja cenderung memiliki waktu yang terbatas baik dalam pekerjaan dan keluarga. Secara ekonomis, adanya pasangan suami istri yang bekerja (*two-worker family*) menyebabkan peningkatan kesejahteraan keluarga dan masyarakat. Dengan adanya ekstra pendapatan yang mereka terima, keluarga dapat menghadapi inflasi dan kasus-kasus lain yang menuntut peningkatan daya beli secara substansial. Pendapatan ganda diharapkan dapat mencukupi segala kebutuhan keluarga, termasuk biaya pendidikan anak [2].

Peran transisi wanita sebagai tenaga kerja turut aktif dalam kegiatan ekonomis (mencari nafkah) di berbagai kegiatan sesuai dengan keterampilan dan pendidikan yang dimiliki serta lapangan pekerjaan yang tersedia. Itulah sebabnya pada saat ini tidak hanya suami saja yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya, tapi banyak istri yang bekerja juga. Wanita yang

pada zaman dahulu hanya berperan sebagai seorang ibu yang mengurus rumah tangga dan anak-anaknya saja, kini mempunyai peran kedua yaitu sebagai wanita bekerja [3].

Di zaman yang semakin berkembang dengan tingkat pengeluaran yang semakin besar, wanita yang merupakan salah satu sumber daya manusia yang di tuntut untuk terjun dalam dunia kerja apalagi bagi mereka yang sudah berumah tangga. Disisi lain para wanita ini bekerja tidak hanya untuk mencari pendapatan saja tapi memang didalam diri mereka berkeinginan juga untuk menjadi wanita karir selain menjadi ibu rumah tangga. Peningkatan jumlah wanita yang bekerja di Indonesia terutama wanita yang sudah berumah tangga belakangan ini menjadi faktor yang sangat berpengaruh terhadap timbulnya stres kerja dan turunnya produktivitas kerja yang dihasilkan, yang tentunya akan berpengaruh pada kinerja organisasi secara keseluruhan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik 2018 Jumlah angkatan kerja pada Februari 2018 sebanyak 133,94 juta orang, naik 2,39 juta orang dibanding Februari 2017. Sejalan dengan naiknya jumlah angkatan kerja, Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) juga meningkat. TPAK pada Februari 2018 tercatat sebesar 69,20 persen, meningkat 0,18 persen poin dibanding setahun yang lalu. Kenaikan TPAK memberikan indikasi adanya kenaikan potensi ekonomi dari sisi pasokan (*supply*) tenaga kerja. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat perbedaan TPAK antara laki-laki dan perempuan. Pada Februari 2018, TPAK laki-laki sebesar 83,01 persen sedangkan TPAK perempuan hanya sebesar 55,44 persen. Namun demikian, dibandingkan dengan kondisi setahun yang lalu, TPAK perempuan meningkat sebesar 0,40 persen poin sedangkan TPAK laki-laki menurun 0,04 persen poin. Melihat peningkatan jumlah wanita yang bekerja pada tahun sebelumnya, maka tidak menutup kemungkinan dimasa yang akan datang akan bertambah tinggi. Sehingga hal ini sangat baik untuk diteliti, khususnya bagi wanita yang sudah berumah tangga yang memiliki tugas lebih kompleks, teliti, dan mengurus waktu yang banyak sehingga sangat besar kemungkinan akan mengalami benturan pada masing-masing peran yang di jalani. Beehr dan Franz mendefinisikan stres kerja sebagai suatu proses yang menyebabkan orang merasa sakit, tidak nyaman atau tegang

karena pekerjaan, tempat kerja atau situasi kerja yang tertentu. Selain itu Handoko mengatakan jika seseorang/karyawan mengalami stres yang terlalu besar maka akan dapat mengganggu kemampuan seseorang/karyawan tersebut untuk menghadapi lingkungannya dan pekerjaan yang akan dilakukannya [1].

Menurut Tarwaka (2015) dampak dari stres akibat kerja dapat menyebabkan reaksi emosional, perubahan kebiasaan atau mental, dan perubahan fisiologis. Salah satu perubahan fisiologis yaitu kelelahan. Karyawan yang mengalami konflik peran ganda cenderung membuat karyawan stres dengan adanya lingkungan kerja fisik yang kurang kondusif, kurang menyenangkan, kurang aman, dan lengkap akan membuat karyawan semakin tidak betah dan tertekan [4]. Wanita sebagai karyawan yang bekerja di perusahaan memiliki tekanan atau stres yang cukup tinggi karena harus mampu mencapai target yang ditentukan perusahaan tiap periodenya. Tidak hanya itu karyawan dituntut untuk mampu memberikan pelayanan yang terbaik bagi pelanggan sehingga mampu bersaing produksi dengan perusahaan lainnya. Selain itu wanita memiliki tanggungjawab yang tinggi pula dalam hal mengurus keperluan rumah tangga, sehingga dibutuhkan strategi bagi wanita untuk dapat membagi waktu dan perhatiannya bagi keluarga maupun bagi pekerjaannya sebagai karyawan. Hal ini memiliki kemungkinan yang cukup tinggi untuk menimbulkan adanya stres bagi wanita[4].

Mengorbankan waktu yang sangat berharga untuk menunjukkan perhatian seorang ibu kepada anaknya atau sebaliknya, harus meninggalkan anak untuk suatu kepentingan kantor. Stres disebabkan peristiwa terganggu di lingkungan kerja, lingkungan sosial, dan dalam kehidupan rutin (pekerjaan, keluarga dan kehidupan sosial) dan juga perubahan baik atau buruk adalah stres atau apakah itu perubahan positif atau negatif, respon fisiologis yang sama [5].

Tuntutan pekerjaan saat ini, membuat sebagian orang merasa stres terutama pada pekerja wanita yang berperan ganda karena beban dan tanggungjawab yang terlalu besar. Perasaan semacam ini seringkali menghinggapi pikiran bahwa tuntutan pekerjaan membuat kita selalu merasa lelah dan tidak berdaya menghadapi pekerjaan. Pada akhirnya stres karena tuntutan pekerjaan

menjadikan manusia berputus asa dari rahmat Allah SWT. Padahal Allah sudah memperingatkan dalam Qs Yusuf ayat 87[6].

يَا بَنِي آدَهْبُوا فَتَحَسُّوْا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا
يَيْأَسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya: "Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir."

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلْبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ
الرِّجَالِ
(رواه داود)

Artinya : "Ya Allah ya Tuhan kami, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu daripada keluh kesah dan dukacita, aku berlindung kepada-Mu dari lemah kemauan dan malas, aku berlindung kepada-Mu daripada sifat pengecut dan kikir, aku berlindung kepada-Mu daripada tekanan hutang dan kezaliman manusia." (HR Abu Dawud 4/353)

Nabi Muhammad SAW. pernah mengajarkan doa kepada Abdullah bin Abbas, Beliau berkata: maukah engkau aku ajarkan doa yang kalau engkau ucapkan, Allah akan menghilangkan atau melenyapkan kesusahan dan melunaskan hutang-hutangmu?[7].

Kandungan ayat Al-qur'an diatas menjelaskan tentang perintah kepada manusia untuk tidak berputus asa terhadap beban yang dihadapi, termasuk beban pekerjaan yang menyebabkan seseorang mengalami stres kerja. Karena Allah SWT tidak akan menguji seseorang melebihi batas kemampuannya.

Sedangkan kandungan isi hadist diatas menjelaskan tentang delapan sifat yang dijelaskan dalam do'a Nabi merupakan sumber stres yang banyak menimpa kehidupan manusia. Maka Nabi menganjurkan kepada umatnya agar terhindar

dari delapan sifat yang mengakibatkan penyakit hati pada manusia tersebut dengan mengingat Allah SWT.

1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan gambaran Tingkat Stres Kerja Pada Wanita Yang Berperan berdasarkan telaah jurnal penelitian.

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mampu mengidentifikasi jurnal yang terkait dengan gambaran tingkat stres kerja pada wanita yang berperan ganda.

1.2.2.2 Mampu menelaah jurnal yang terkait dengan gambaran tingkat stres kerja pada wanita yang berperan ganda.

1.2.2.3 Mampu mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan yang terdapat dalam jurnal terkait gambaran tingkat stres kerja pada wanita yang berperan ganda.

1.2.2.4 Mampu menyimpulkan hasil analisa jurnal tingkatan stres kerja pada wanita yang berperan ganda.

1.3 Manfaat

1.3.1 Secara Teoritis

Literature review diharapkan dapat memberikan informasi mengenai gambaran tingkat stres kerja pada karyawan wanita yang berperan ganda.

1.3.2 Secara Praktis

1.3.2.1 Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman penelitian dalam bidang keperawatan.

1.3.2.2 program Studi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai sumber referensi.

1.3.2.3 STIKes Muhammadiyah Ciamis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi oleh mahasiswa di STIKes Muhammadiyah Ciamis.

1.4 Metode

Metode yang digunakan dalam penulisan *literature review* ini adalah dengan penelusuran yang bersumber dari *electronic database google scholar* dengan kata kunci stres kerja, tingkat stres, dan wanita peran ganda. didapatkan sebanyak 38 artikel. Kemudian artikel yang berhasil diseleksi dimasukan inklusi jurnal dengan teks lengkap pdf dan telah masuk inklusi menjawab pertanyaan penelitian/ menjawab *literature review* minimal 15 artikel. Peneliti hanya menjaring artikel yang dipublikasikan dalam kurun waktu antara tahun 2015 – 2020. Data yang diperoleh ditelaah, disusun secara sistematis, dibandingkan satu sama lain dan dibahas literatur terkait.