

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Pada zaman sekarang ini pekerjaan yang banyak diinginkan oleh banyak orang adalah menjadi seorang karyawan. Karyawan sendiri merupakan kekayaan utama dalam suatu perusahaan. Karena tanpa adanya karyawan, aktifitas perusahaan tidak akan terlaksana dengan baik meskipun didukung dengan adanya peralatan yang modern. Subri (dalam Karimah, 2012) menyatakan bahwa karyawan merupakan penduduk dalam usia kerja (berusia 15-64 tahun) atau jumlah seluruh penduduk dalam suatu negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka.

Pekerjaan sangat mempengaruhi kondisi finansial seseorang, meliputi kondisi rumah, cara meluangkan waktu, lokasi rumah, sahabat-sahabatnya, dan kesehatan Hodson (dalam Santrock, 2012). Pada saat ini tidak sedikit karyawan pabrik yang berjenis kelamin perempuan dimana mereka juga berstatus sebagai ibu rumah tangga. Pada suatu waktu hanya sedikit wanita yang bekerja di luar rumah, sedangkan di negara maju jumlah wanita yang memasuki lapangan kerja semakin meningkat. Sebuah proyeksi terbaru mengindikasikan bahwa jumlah tenaga kerja wanita di Amerika Serikat akan meningkat lebih cepat daripada tenaga kerja pria hingga 2018 *Occupational Outlook Handbook* (dalam Santrock, 2012).

Dalam kehidupan organisasi yang semakin maju, manusia harus selalu berinteraksi dengan lingkungan, termasuk dalam lingkungan kerja. Lingkungan kerja yang menantang dan kompleks serta semakin cepat dan banyaknya perubahan yang menuntut pekerja supaya cepat beradaptasi dengan lingkungan

kerjanya. Dalam proses adaptasi, perlu untuk mengetahui kondisi lingkungan sekitarnya untuk menjalankan pekerjaannya, akan tetapi tidak semua individu mampu mengatasi perubahan-perubahan yang dia alami, sehingga ada dampak lain yang diperoleh individu, seperti ketegangan atau bahkan mengalami stres.

Ada banyak individu yang mengalami stres emosi dan rendah diri karena dia tidak mampu untuk bekerja. Hal yang paling penting dalam pekerjaan adalah seberapa besar stres yang ditimbulkan Burgard, Fernandez, Dkk, (dalam Santrock, 2012). Survei nasional terbaru yang dilakukan pada orang dewasa di Amerika Serikat mengungkapkan bahwa 55 persen pekerja mengalami stres karena kurang produktif Asosiasi Psikologi Amerika (dalam Santrock 2012). Dalam studi ini, 52 persen melaporkan bahwa mereka memikirkan serta mengambil keputusan terkait karirnya, seperti mencari pekerjaan baru, menolak promosi, atau berhenti bekerja dikarenakan stres yang dialami di tempat kerja. Sumber stres itu mencakup gaji rendah (44 persen), kekurangan kesempatan kenaikan pangkat (42 persen), ekspektasi kerja yang tidak pasti (40 persen), dan jam kerja yang panjang (40 persen).

Menjadi karyawan yang berstatus sebagai ibu rumah tangga tidaklah mudah, banyak tantangan yang harus dilewati setiap hari. Dimana kewajibannya sendiri yang menjadi tugas ketika di rumah meliputi: tugas mendampingi dan melayani suami, manager dalam rumah tangga Kartono (1992). Disamping itu menurut Anshori (1997) tugas ibu rumah tangga juga mengasuh serta mendidik anak, terutama mendampingi anak belajar saat pandemi covid-19 seperti saat ini, menjadi motivator bagi anak dan suami, namun dia juga harus memperhatikan dirinya supaya tetap bisa beraktifitas dan membagi waktunya dengan tuntutan pekerjaannya. Hal demikian sudah pasti akan membuatnya mengalami stres.

Tidak jarang situasi yang menyebabkan *stressful* ini kecil dan tidak berarti, tetapi bagi banyak orang situasi stres itu begitu sangat terasa dan berkelanjutan dalam jangka waktu yang lama Smet (1994). Stres tidak didefinisikan berdasarkan apa yang menyebabkannya, akan tetapi oleh reaksi orang tersebut terhadap penyebab itu, yang secara teknik disebut *stressor* Peter (1990). Menjadi seorang karyawan dan juga ibu rumah tangga sudah pasti menuntut adanya penyesuaian diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi, terutama dalam kondisi saat ini yaitu dalam pandemi Covid –19 yang mana sulit untuk mencari kerja, dan meningkatnya kebutuhan finansial yang harus dipenuhi.

Menjadi seorang karyawan sudah seharusnya untuk mematuhi dan melaksanakan tugas sesuai SOP maupun peraturan yang tertera dalam tata tertib, melaksanakan tugas kerja yang diberikan dengan baik sesuai dengan SOP, menjaga nama baik perusahaan, menghormati, menjaga dan menjalin komunikasi yang baik antar sesama karyawan (dikutip dari: sarjanaekonomi.co.id, 27/05/2021, 06:30) . Adanya tuntutan kewajiban sebagai ibu rumah tangga dan keinginannya menjadi ibu yang baik, juga tuntutan pekerjaan yang harus dia penuhi, hal itu jika seorang individu tidak bisa menyesuaikan dan mengatasi perubahan tersebut, maka stres akan menjadi beban jiwa, semakin berakar dalam diri dan akhirnya akan menghancurkan kesehatan mental maupun fisik individu tersebut. Pada zaman modern sekarang ini hampir semua orang dalam hidupnya mengalami stress. Secara umum penyebab stress berasal dari diri sendiri dan dari luar yaitu faktor lingkungan. Stress merupakan fenomena yang sangat kompleks dimana terdapat sebagian orang yang mempunyai kemampuan mengendalikan beban kerja mereka sendiri dan menangani frustrasi tanpa menimbulkan marah, gelisah

dan depresi, dan sebagian yang lain justru mempunyai perilaku sebaliknya Agoes dkk (2003).

Psikolog Lyly Puspa Palupi S. dari Sub bagian Psikologi Instansi Rehabilitasi Medik RSUP Sanglah Denpasar memaparkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami depresi di lingkungan kerja, dibandingkan laki-laki dan dianjurkan supaya karyawan khususnya perempuan untuk dapat mengelola stress dan depresi saat bekerja dengan baik. Stress kerja bisa dialami oleh siapa saja, baik karyawan laki-laki maupun karyawan perempuan. Bisa juga terjadi pada usia muda maupun yang lebih tua. Dalam penelitian-penelitian terlebih dahulu mengenai depresi, memang menunjukkan bahwa wanita lebih rentan untuk mengalaminya. Pekerja laki-laki maupun perempuan memiliki kemungkinan untuk mengalami tingkat stress kerja yang sama. Hal tersebut bergantung dari cara masing-masing individu mengelola diri saat menghadapi tekanan, ketidaknyamanan, dan tantangan di tempat kerja. (Bisnis.com, Denpasar, 11/3/2020).

Sarafino, Sutherland & Cooper (dalam Smet, 1994) mengidentifikasi sumber *managerial stress*, lima diantaranya berasal langsung dari pekerjaan, yang ke-enam berasal dari interaksi antara lingkungan sosial dengan pekerjaan, dimana *managerial stress* yang ke-enam ini berupa adanya konflik antara tuntutan kerja dengan tuntutan keluarga, dalam hal ini pasti dialami oleh semua karyawan pabrik terutama karyawan pabrik yang juga berstatus sebagai ibu rumah tangga, sudah pasti dia lebih banyak mengalami stress.

Hal itu juga terjadi pada beberapa karyawati pabrik yang berstatus sebagai ibu rumah tangga di daerah Pasuruan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada hari sabtu 5 Desember 2020 diperoleh hasil bahwa mereka

mengalami stress baik itu dikarenakan oleh faktor tuntutan yang ada dalam pekerjaannya maupun stress yang disebabkan oleh faktor kondisinya ketika ada di rumah. Namun yang sering terjadi adalah stress yang dialami karena adanya tuntutan pekerjaan dari atasan yang harus dipenuhi, seperti adanya jam lembur untuk mengejar target penyelesaian pengiriman barang, sehingga mereka harus beradaptasi dengan hal itu, dan semua itu harus mereka lakukan mengingat hal itu berpengaruh kepada sikap profesionalnya sebagai karyawan. Bahkan dikarenakan stres tersebut, beberapa diantara mereka mengalami sakit pada bagian kepala, lemas, bahkan performa kerja mereka menurun sehingga tidak bisa bekerja secara maksimal, rasa malas pun mulai muncul, hal itu juga membuat ketidak stabilan emosi mereka dalam menghadapi situasi kerja, sehingga mudah tersulut emosi.

Stres yang mereka alami ketika di tempat kerja juga mempengaruhinya dalam aktivitas mereka ketika di rumah bersama keluarga, seperti mudah marah ketika anak lebih asik bermain gadget daripada menyelesaikan tugas sekolah, bahkan tidak jarang mereka ketika lelah mengabaikan kondisi anak dan apapun yg ada di rumah. Stres tersebut juga membuat sebagian dari mereka merasa gelisah, dikarenakan kelelahan fisik yang membuat pikiran-pikiran negatif muncul dalam benaknya seperti ingin bolos bekerja, namun masih banyak kebutuhan yang harus dipenuhi. Tuntutan kerja yang diberikan kepada karyawan dalam hal ini menimbulkan stres dan terjadi aksi mogok kerja, karena karyawan merasa diperas, dimana mereka diberikan banyak tuntutan untuk menyelesaikan banyak pekerjaan, bahkan sampai harus menambah jam kerja (lembur), sehingga ketika mereka sampai di rumah dalam keadaan capek yang bisa menimbulkan stres

sehingga muncul marah dan depresi, hingga stres yang mana jika mereka tidak bisa mengatasinya akan berdampak negatif pada dirinya.

Tingkat stres masing-masing individu pasti berbeda-beda, dan yang menjadi faktor yang mempengaruhi ketahanan dalam menghadapi stress adalah karakteristik kepribadian individu, yang disebut dengan *hardiness* Ganellen & Blaney dalam Munsterteiger (dalam Rifina 2019). *Hardiness* juga dapat menjadi penahan dari stres yang berhubungan dengan penyakit fisik. Hal tersebut dibuktikan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Maddi (2006) yaitu *hardiness* membantu meningkatkan atau mempertahankan performa dan kesehatan individu ketika berada dalam kondisi stres. Sehingga, menurut Maddi (2005) ibu rumah tangga yang menjadi karyawan akan menemukan kapasitas dalam menghadapi tekanan, dan dapat menciptakan perilaku yang menetralkan efek negatif dari stres. Faktor kepribadian juga merupakan variabel penting bagi individu dalam menghadapi situasi yang menekan. Kemampuan kepribadian individu untuk bertahan dan mengatasi kesulitan yang dialaminya secara umum dapat disebut sebagai *hardiness*.

Ada kesepakatan dalam penelitian kepribadian, antara individu terdapat karakteristik yang berbeda, kepribadian memainkan peran utama dalam kesejahteraan psikologis. Individu yang ramah, berempati, dan hangat menjadi lebih tangguh. Mungkin mereka memiliki jaringan sosial yang lebih luas sehingga dapat mendukung ketika individu tersebut menghadapi *stressor*. Individu yang tangguh memiliki nurani yang lebih tinggi, terutama dalam berdiskusi dengan orang lain, disiplin, dan mempunyai daya juang yang bagus.

Dalam studi tentang *hardiness* pertama kali dilakukan oleh Kobasa (dalam Ramdhani, dkk, 2016) dengan respon yang mengalami peristiwa yang menekan

yang berulang dan akhirnya jatuh sakit (*stressful life event*). Peristiwa tersebut memaksa seseorang untuk berubah dan melakukan penyesuaian agar terbebas dari rasa sakit kembali. Penyesuaian dan perilaku hidup yang sehat ditandai dengan tetap sehat dihadapan peristiwa hidup yang menekan. Dalam studi ini ditemukan faktor *hardiness* yang menjadi karakteristik seseorang untuk tetap sehat dibawah tekanan atau resisten terhadap stress.

Gagasan tentang *hardiness* dipengaruhi oleh teori kepribadian eksistensial bahwa manusia adalah *beings-in-the-world* yang tidak hanya membawa seperangkat sifat-sifat internal yang statis, tetapi secara terus menerus dan dinamis mengkonstruksi kepribadian lewat tindakan-tindakan dan penyesuaian diri dengan situasi. Kehidupan dipandang selalu berubah dan karenanya tak terelakkan menimbulkan tekanan. Manusiapun selalu mencari bagaimana cara menghadapi, memanfaatkan, dan membentuk hidupnya. Dalam menghadapi kenyataan ini, sebagian orang gagal, sebagian lainnya berhasil. Namun demikian, manusia tetap dapat bangkit menghadapi tantangan dan mengubah peristiwa yang menekan menjadi kemungkinan dan kesempatan untuk pertumbuhan dan kebermanfaatn pribadi Kobasa (dalam Ramdhani, dkk, 2016).

Menurut Kobasa (dalam Dodik & Astuti 2012) kepribadian tahan banting (*hardiness*) dinilai dapat mengontrol individu dalam mengatasi stres yang sedang dialami di lingkungan kerja agar dapat tetap *survive*. Individu yang *hardiness* akan memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi atas dirinya, sehingga dapat merespon secara tepat suatu peristiwa yang dialami, melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi, dan cenderung memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk

mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman terhadap rasa amannya sehingga akan mampu meminimalisir stres yang ditimbulkan.

Ketika individu memiliki *hardiness* yang tinggi, maka individu memiliki toleransi yang tinggi terhadap frustrasi dan stres. Individu mampu menanggapi segala hal menjadi lebih positif, individu yakin bahwa semua masalah harus dihadapi, sehingga mereka dapat melakukan sesuatu yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah serta menurunkan tingkat stresnya Goldberger & Breznitz (dalam Rifina 2019). Sebaliknya, jika individu memiliki *hardiness* yang rendah, hal ini akan membuat individu merasa tidak berdaya dalam menghadapi masalah dan meminimalisir tingkat stresnya, terutama ketika mendapatkan tuntutan pekerjaan serta tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga. Disinilah letak pentingnya *hardiness* sebagai kekuatan internal karyawan yang berstatus sebagai ibu rumah tangga agar tetap sehat di bawah tekanan permasalahan tuntutan pekerjaan serta tanggung jawabnya. Adapun penelitian sebelumnya oleh Pancarani (2018) yang mengukur pengaruh kepribadian tahan banting (*hardiness*) terhadap stress kerja pada pengajar muda di gerakan Indonesia mengajar, dari salah satu analisisnya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan kepribadian tahan banting (*hardiness*) terhadap stress kerja pada Pengajar Muda di Gerakan Indonesia Mengajar.

Dari pemaparan latar belakang yang disertai dengan beberapa teori serta kutipan dan penelitian sebelumnya, maka peneliti ingin mengetahui pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap tingkat stress karyawan.

B. Rumusan Permasalahan

Rumusan masalah dalam penelitian adalah: Apakah ada pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap tingkat stress ibu rumah tangga sebagai karyawan pabrik?

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap tingkat stress ibu rumah tangga sebagai karyawan pabrik.

2. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat secara teoritis yang diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat teoritis dalam pengembangan Ilmu psikologi pada umumnya, akan tetapi lebih di fokuskan mengenai pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap tingkat stress ibu rumah tangga sebagai karyawan pabrik.
- b. Manfaat Praktis penelitian ini sebagai sumber informasi bagi karyawan dengan memberikan masukan pada karyawan mengenai pentingnya karakteristik kepribadian *hardiness* dalam mengatasi tingkat stressnya, terutama untuk karyawan yang juga berstatus sebagai ibu rumah tangga.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian terdahulu oleh Novita Pacarani yang berjudul “Pengaruh Kepribadian Tahan Banting (*Hardiness*) Terhadap Stres Kerja Pada Pengajar Muda di Gerakan Indonesia Mengajar” yang mana penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh dari variabel kepribadian tahan banting (*hardiness*) terhadap stress kerja pada pengajar muda di Gerakan Indonesia Mengajar.

Penelitian terdahulu ke dua yaitu oleh Nia Wahdayani dan Miftahuddin yang berjudul “Pengaruh *Hardiness*, Beban Kerja dan Faktor Demografi Terhadap Stres Kerja Guru”. Penelitian ini adalah penelitian populasi sebanyak 217 guru SMA di Tangerang Selatan, usia terbagi atas tiga kategori yakni 20-39 tahun, 41-60 tahun, dan >60 tahun, dengan masa kerja berkisar antara 1-40 tahun. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis tersebut menggunakan regresi, yang mana penelitian tersebut endapatkan hasil bahwa komitmen dan tantangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres kerja.

Penelitian terdahulu yang ke tiga yaitu oleh Jemmi Halil Amiruddin dan Tri Kurniati Ambarini yang berjudul “Pengaruh *Hardiness* dan *Coping Stress* Terhadap Tingkat Stres pada Kadet Akademi TNI-AL”. Penelitian ini dilakukan pada Kadet AAL yang mengikuti pendidikan militer di AAL Surabaya, dengan jumlah sampel 177 dari semua tingkatan kadet mulai sersan kadet, sersan mayor dua kadet, dan sersan mayor satu kadet. Analisis data digunakan adalah teknik regresi beryanda dengan bantuan SPSS i6.0 for windows. Berdasarkan hasil analisis data penelitian, menunjukkan bahwa *hardiness* berpengaruh negative terhadap tingkat stres yang dialami oleh kadet AAL. Hal ini berarti apabila subjek memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi, maka tingkat stresnya akan menurun. Dimana *hardiness* yang dimiliki kadet AAL berada dikategori sedang dan mereka mampu mengatasi sumber stres mereka yang bersumber dari diri sendiri, konflik yang dilami selama menjalani pendidikan militer, serta tuntutan dari keluarga yang mengharapkan keberhasilan subjek, serta tuntutan dari AAL sebagai lingkungan subjek untuk menyelesaikan pendidikan sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan AAL.

Sama halnya dengan penelitian sebelumnya, peneliti disini bertujuan untuk membuktikan adanya pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap tingkat stres dengan menggunakan analisis regresi. Namun perbedaan dengan penelitian sebelumnya, peneliti memilih sampel karyawan disalah satu pabrik yang ada di kota Pasuruan, yang mana karyawan tersebut berstatus sebagai ibu rumah tangga.