BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Dunia kerja merupakan salah satu hal yang menarik untuk dibahas, karena di dalamnya terdapat beberapa unsur penting dalam hubungannya dengan pelaksanaan kerja. Beragam sikap yang ditunjukkan oleh seorang pekerja dalam menjalani pekerjaannya. Beragam pula faktor yang menentukan bagaimana seseorang itu melaksanakan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya. Kesanggupan ataupun ketahanan seseorang dalam bekerja menggambarkan kekuatan daya tahan atau staminanya. Apabila seorang pekerja tidak mampu bertahan dengan tuntutan kerja, maka pekerja akan mengalami kelelahan yang dapat mengganggu produktivitas. Selanjutnya sebagai akibat dari banyaknya tugas yang harus diselesaikan juga akan membuat seorang pekerja merasakan beban.

Kondisi-kondisi yang membuat seorang pekerja merasa bekerja di bawah tekanan ini akan menyebabkan timbulnya permasalahan baru dalam perusahaan, sebab pekerja yang bekerja dengan rasa tidak senang akan menghasilkan pekerjaan yang kurang baik. Oleh sebab itu, maka sewajarnya pihak manajemen perusahaan, mempelajari berbagai kondisi yang dapat menjadi pemicu terjadi sikap tidak senang pekerja dalam mengerjakan pekerjaannya. Rasa tidak senang seorang pekerja dalam melakukan pekerjaannya ini dapat diartikan sebagai stres kerja. Stres kerja itu sendiri berbeda untuk setiap orang. Ada pekerja yang mampu bekerja dengan kondisi stres dan ada pula pekerja yang tidak mampu bekerja dengan kondisi stres.

Mengingat pentingnya memahami stres dengan segala akibat yang ditimbulkannya, maka perlu kiranya mengetahui stres tersebut yang menurut Luthans (1985) diartikan sebagai suatu respon adaptif pada suatu situasi eksternal yang menyebabkan terjadinya penyimpangan-penyimpangan fisik, psikologis maupun tingkah laku. Stres itu sendiri menurut Hardjana (1994) melibatkan fisik dan psikis, sehingga akan menimbulkan gejala mengenai fisik, emosi, intelektual, dan hubungan interpersonal.

Selanjutnya bila dikaitkan dengan dunia kerja tentunya individu yang bekerja dapat mengalami stres. Stres kerja biasanya berhubungan dengan kondisi yang terjadi di lingkungan dan hal ini dapat berupa bahaya atau ancaman yang menyebabkan individu mengalami rasa takut, cemas, rasa bersalah, marah, sedih, putus asa, dan bosan (Lazarus dalam Fraser, 1985).

Kemudian Sarwono (1992) menyatakan bahwa stres kerja dapat menimbulkan reaksi-reaksi depresi, apatisme, yang bisa menyebabkan timbulnya penyakit kejiwaan seperti psikoneurosis, atau gejala-gejala gangguan fisik seperti tekanan darah tinggi (*hipertensi*) dan sebagainya. Selain itu, stres juga dapat menimbulkan reaksi emosional, kemarahan, agresivitas, dan vandalisme.

Stres kerja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti adanya kelebihan dan kekurangan pekerjaan, tekanan waktu, supervisi yang ketat dan otoriter, iklim kerja yang tidak menentu, ketidakjelasan peran, perbedaan nilai perusahaan dan nilai karyawan, perubahan-perubahan yang terjadi, rasa frustrasi, serta adanya kebutuhan-kebutuhan karyawan yang tidak terpenuhi (Handoko, 1995).