

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada diri manusia terdapat bermacam-macam kebutuhan yang berkembang dan berubah, bahkan seringkali tidak disadari oleh individu. Kebutuhan-kebutuhan tersebut pada suatu saat akan membentuk tujuan-tujuan yang hendak dicapai dan dipenuhi. Demi mencapai tujuan-tujuan tersebut, individu terdorong untuk melakukan suatu aktivitas yang disebut kerja.

Hampir separuh dari keseluruhan kehidupan seseorang dilalui dengan bekerja, menurut White (1990). Bekerja merupakan suatu kegiatan yang dilakukan terus menerus oleh manusia, tetapi tidak semua aktivitas dapat dikatakan kerja, karena menurut Magnis (dalam Dwi Merak, 2004) pekerjaan adalah kegiatan yang direncanakan oleh individu dan dilaksanakan dengan sungguh-sungguh untuk mencapai suatu hasil yang kemudian dapat berdiri sendiri, dapat berupa benda, karya tenaga, maupun sebagai pelayanan terhadap masyarakat, termasuk kepada diri sendiri. Kegiatan ini dapat berupa pemakaian tenaga fisik dan psikis individu.

Tanggapan individu terhadap pekerjaan berbeda-beda dengan perasaan dan sikap. Ada individu yang mencintai pekerjaannya, melakukannya setiap hari dan terdorong untuk melakukan lebih banyak lagi pekerjaan dan bahkan merasa tertantang untuk melakukan hal-hal yang sulit didalam hidupnya, sehingga individu tersebut dapat dikatakan hidup untuk bekerja. Selain itu adapula inidividu menerima

pekerjaan sebagai tuntutan hidup dan merasakan hal itu sebagai suatu beban yang berat, membosankan, dan tidak memuaskan. Individu seperti ini enggan bekerja. Melakukan tugas-tugas yang tidak menarik dan sering tunduk kepada atasan yang tidak adil atau kondisi kerja yang tidak manusiawi. Mereka bekerja hanya sekedar untuk mencari nafkah sehingga hal sekecil apapun dapat memicu timbulnya konflik dan ketegangan yang berakibat munculnya stres. (Robbins, 1991)

Faktor utama yang bertanggung jawab terhadap stres adalah perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan dan manusianya sendiri. Saat ini perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan manusia muncul akibat pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang intensitasnya amat tinggi. Namun sejalan dengan adanya kemajuan di bidang industri muncul berbagai hambatan dan problema dalam kehidupan pekerja. Salah satu masalah yang paling sering dihadapi di dunia industri adalah masalah stres.

Didalam dunia pekerjaan sering ditemukan adanya kegagalan dan keberhasilan, rasa takut, dan rasa penuh pengharapan, kebosanan dan tantangan, konflik dan keselarasan, keadilan, dan ketidakadilan. Individu sering menghadapi semua unsur ini dalam bidang pekerjaan yang sama selama bertahun-tahun, apabila individu kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan yang ada didalam ataupun diluar dirinya individu akan cenderung mengalami stres.

Stres yang muncul pada dasarnya dapat mengganggu perilaku individu bahkan merusak prestasi kerja, hal ini tergantung pada intensitas stres dan daya tahan individu dalam menghadapi stres (Hanson, 1995).