

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Seorang pekerja dapat mengalami stress kerja dalam menjalankan pekerjaannya dan kelelahan emosional (*emotional exhaustion*). Menurut Greenberg, stress kerja merupakan kombinasi dua antara sumber-sumber stress pada pekerjaan, karakteristik individual, dan stressor di luar organisasi (Kristanto *et al.*, 2008). Menurut Robbins, stress kerja merupakan kondisi yang dinamis dimana seseorang dikonfrontasikan dengan kesempatan, hambatan, atau tuntutan yang berhubungan dengan apa yang diinginkan dan untuk itu keberhasilannya ternyata tidak pasti (Gunawan, 2011).

Stress mempunyai peranan yang begitu besar pengaruhnya yang dapat dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Pengaruh langsung yang dirasakan oleh individu biasanya berupa kecemasan, mudah tersinggung, serta kesulitan berkonsentrasi. Stress juga dapat meningkatkan atau menurunkan prestasi kerja, tergantung seberapa besar tingkat stressnya (Suwatno & Priansa, 2011).

Stress dapat meningkatkan prestasi kerja karena stress mengarahkan sumber daya dalam memenuhi kebutuhan kerja. Namun, jika terlalu berat stress juga akan mengakibatkan terganggunya pelaksanaan pekerjaan, sakit, tidak kuat bekerja, putus asa, keluar atau menolak untuk bekerja agar terhindar dari stress (Putra, 2012).

Berdasarkan laporan *National Safety Council* pada tahun 2004, menyebutkan bahwa stress kerja berhubungan langsung dengan masalah kesehatan akut dan kronis sehingga stress kerja dijuluki sebagai “penyakit abad ke-20”. Selain itu, jumlah klaim untuk kompensasi pekerja yang berkaitan dengan stress meningkat dari angka yang dilaporkan satu dekade lalu (Urip, 2015). Menurut Sondang Siagian (2003), ada berbagai hal yang dapat menjadi sumber stress pekerja yang berasal dari pekerjaan dan dari aktivitas luar pekerjaan seseorang. Bila stress pekerja yang tidak teratasi berakibat menurunnya tingkat produktivitas, tingkat kesehatan, dan pada akhirnya akan mempengaruhi prestasi kerja (Prabowo, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Tenaga Kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak telah menunjukkan hasil bahwa ditemukan sebanyak 65% pekerja mengeluh kelelahan fisik akibat kerja rutin, sebanyak 48% pekerja mengeluh kelelahan mental dan sekitar 57% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan (Siboro, 2009).

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diketahui bahwa masih tingginya angka kejadian stress kerja. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan karakteristik individu dan aktivitas diluar pekerjaan dengan stres kerja di bagian produksi PT. Mustika Jayaraya tahun 2016”.

I.2 Rumusan Masalah

Karyawan mengalami stress kerja ketika tuntutan pekerjaan mereka lakukan semakin hari semakin bertambah karena harus dan dituntut mencapai target setiap tahunnya. Jika target tersebut tidak tercapai maka pemberian bonus tidak akan keluar. Pengaruh langsung yang dirasakan oleh individu biasanya berupa kecemasan, mudah tersinggung, serta kesulitan berkonsentrasi. Stress juga dapat meningkatkan atau menurunkan prestasi kerja, tergantung seberapa besar tingkat stressnya.

Berdasarkan pernyataan di atas peneliti berminat untuk melakukan penelitian mengenai hubungan karakteristik individu dan aktivitas diluar pekerjaan dengan stres kerja di bagian produksi PT. Mustika Jayaraya tahun 2016

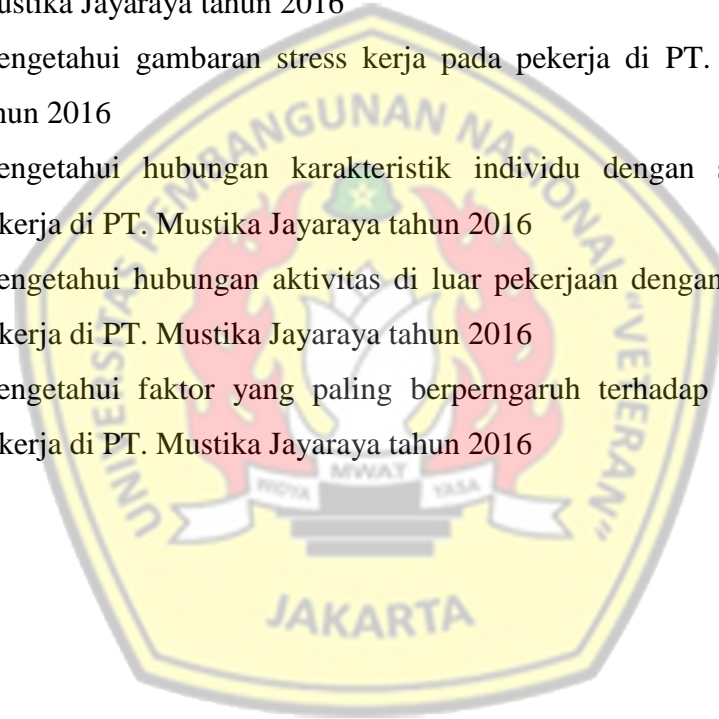
I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan karakteristik individu dan aktivitas di luar pekerjaan terhadap stress kerja pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik individu pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016
- b. Mengetahui gambaran aktivitas di luar pekerjaan pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016
- c. Mengetahui gambaran stress kerja pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016
- d. Mengetahui hubungan karakteristik individu dengan stress kerja pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016
- e. Mengetahui hubungan aktivitas di luar pekerjaan dengan stress kerja pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016
- f. Mengetahui faktor yang paling berpengaruh terhadap stress kerja pada pekerja di PT. Mustika Jayaraya tahun 2016



I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah tentang hubungan karakteristik individu dan aktivitas luar pekerjaan dengan stress kerja.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pekerja

Dapat memberikan informasi mengenai faktor pencetus stress kerja sehingga pekerja dapat meminimalisir terjadinya stress kerja

b. Bagi Perusahaan

Sebagai bahan masukan bagi PT. Mustika Jayaraya untuk dapat mencegah dan mengendalikan stress kerja yang dialami oleh pekerja guna meningkatkan produktivitas perusahaan

c. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian serta sebagai dasar pengambilan keputusan dalam penyusunan program perencanaan yang akan datang

