

STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA (PRT)

USIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat

Memperoleh gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

ANNISA RAHMA DWI IZZATI

F.100140037

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA (PRT)

USIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat

Memperoleh gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

ANNISA RAHMA DWI IZZATI

F.100140037

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

**STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA (PRT) USIA
DEWASA AWAL**

Diajukan oleh:

Annisa Rahma Dwi Izzati

F. 100140037

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog
NIDN. 838/0624067301

Surakarta, 15 Desember 2018

HALAMAN PENGESAHAN
STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA (PRT) USIA
DEWASA AWAL

Diajukan Oleh:

ANNISA RAHMA DWI IZZATI

F.100140037

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 26 Desember 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

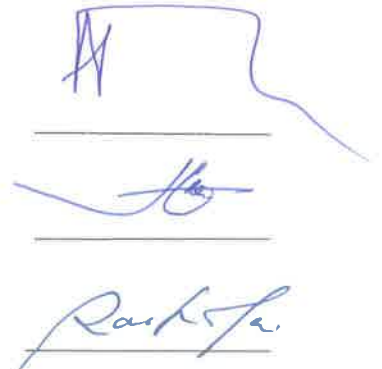
Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog

Penguji Pendamping I

Achmad Dwiyanto, S.Psi, M.Si, Psikolog

Penguji Pendamping II

Permata Ashfi Raihana, S.Psi, MA



Surakarta, 26 Desember 2018

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog
NIDN. 838/0624067301

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertandatangan tangan di bawah ini :

Nama : Annisa Rahma Dwi Izzati

Nim : F.100140037

Fakultas / jurusan : Psikologi / Psikologi

Judul : STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA
(PRT) USIA DEWASA AWAL

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 15 Desember 2018

Yang Menyatakan,



Annisa Rahma Dwi Izzati

F. 100140037

VISI MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SURAKARTA

VISI

Menjadi pusat pendidikan psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan budaya Indonesia di tingkat Nasional dan Asia

MISI

1. Menyelenggarakan pendidikan psikologi di tingkat sarjana dan magister psikologi profesi.
2. Mengembangkan penelitian psikologi yang mendasar pada risalah Islam dan budaya Indonesia.
3. Mengembangkan pengabdian kepada masyarakat atas dasar tanggung jawab sosial.
4. Menjalin kerjasama dengan lembaga pendidikan, lembaga penelitian, pemerintah, dunia usaha dan masyarakat.

TUJUAN

1. Menghasilkan sarjana Psikologi yang mandiri, jujur, kreatif, dan bertanggung jawab dalam menerapkan dasar-dasar ilmu Psikologi
2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian mahasiswa dan dosen tentang Psikologi Islam dan Indigenous
3. Meningkatkan peran aktif dosen dan mahasiswa dalam pelayanan Psikologi bagi masyarakat

MOTTO

Ketika menyerap suatu ilmu, maka usahakanlah untuk mencatatnya.
Jangan mengandalkan memori saja karena besar kemungkinan kita akan lupa. Rasulullah pernah bersabda: “Qayyidul ilma bil kitab”, ikatlah ilmu
dengan tulisan

(Erlangga Greschinov)

Doa kita bisa merubah nasib kita, dan kebaikan dapat memperpanjang
umur kita

(H.R Ath-Thahawi)

Bertaqwalah kepada Allah, maka Dia akan membimbingmu.

Sesungguhnya Allah mengetahui segala sesuatu

(Q.S Al Baqarah: 282)

Beban yang kamu ringankan dari pembantumu kelak akan menjadi pahala
bagimu dalam timbangan amal kebaikanmu

(H.R Ibnu Hibban)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmaanirrahim

Dengan rasa syukur atas rahmad, petunjuk, dan segala kemudahan dari Allah SWT yang diberikan kepada saya. Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Keluarga

Bapak Sutrisno, ibu Urva Handayani, serta kakak Rizky Arief Eka Trisnawan dan adik M. Fikrie Arief Tri Izzul Islam, atas doa dan dukungan baik materi, tenaga, serta kasih sayang yang terus diberikan kepada penulis.

Almamater

Universitas Muhammadiyah Surakarta

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarrakaatuh

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillahirobil 'alamin. Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti mampu melalui perjalanan Panjang yang pada akhirnya dapat terwujud karya nan sederhana ini, terutama tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang tulus, penulis mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini, sekaligus sebagai pembimbing informal maupun pembimbing skripsi yang dengan sabar dan tulus telah memberikan bimbingan, arahan, ilmu, dan segala keluangan waktu untuk proses skripsi dengan penuh kesabaran kepada penulis sehingga dapat meyelesaikan penulisan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Sri Lestari, M.Si, selaku pembimbing akademik yang telah membimbing dan memberikan arahan selama menempuh perkuliahan di Fakultas Psikologi.
3. Seluruh bapak, ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu, serta staff Tata Usaha yang membantu kelancaran penulis dalam menyelesaikan skripsi.
4. Orang tua yang selalu memberikan dorongan materiil dan kasih sayang, selalu membimbing dan memberikan doa serta semangat untuk saya dengan tak pernah lelah mendidik saya untuk selalu mencari ilmu, belajar, ibadah, dan berdoa.

5. Kakak dan Adik terima kasih atas doa, kasih sayang, semangat, dan motivasi yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan mendapatkan gelar sarjana psikologi.
6. Lisa, Alifah, Dessy, Karlina, Viska, Fiyah, Mbak Mardiana, Gemelli Shafa, Putriyang telah bersedia membimbing penulis selama ini, memberikan motivasi, membantu dan menemani penulis dalam proses penelitian ini. Semoga jasa kalian dibalas oleh Allah SWT.
7. Teman-teman yang luar biasa Aurora, Ayuk, Shalihta, Titis, Ika, Nila, Uyun Mbak Tyas yang berempati, mau mendengarkan keluh kesah dan menemani penulis dalam proses penelitian ini sehingga tidak seberat seperti yang seharusnya dengan cara yang selalu penulis suka.
8. Teman-teman seperjuangan angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta terimakasih atas pengalaman, kebersamaan, dan kekeluargaan.
9. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas segala doa dan dukungan untuk penulis. Semoga semua kebaikan dibalas dengan sebuah amalan yang baik oleh Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum warhamatullahi wabaraakatuh

Surakarta, 15 Desember 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
VISI MISI DAN TUJUAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Stres Kerja.....	10
1. Pengertian Stres Kerja.....	10
2. Aspek Stres Kerja	12
3. Faktor Stres Kerja	14
4. Cara Mengelola Stres Kerja	19
B. Pekerja Rumah Tangga (PRT).....	24
1. Pengertian Pekerja Rumah Tangga	24
2. Jenis-Jenis Pekerjaan Pekerja Rumah Tangga (PRT).....	27
3. Alasan Menjadi Pekerja Rumah Tangga (PRT).....	28

C. Dewasa Awal	30
1. Pengertian Dewasa Awal	30
2. Karakteristik Dewasa Awal	32
3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	37
4. Dewasa Awal Menghadapi Pekerjaan.....	40
D. Stres Kerja pada Pekerja Rumah Tangga (PRT) Usia Dewasa Awal...42	
E. Pertanyaan Penelitian	47
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Gejala Penelitian	48
B. Definisi Fenomena	48
C. Informan Penelitian.....	49
D. Metode Pengumpulan Data.....	50
E. Validitas Data.....	53
F. Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Persiapan Penelitian	56
B. Pengumpulan Data	59
C. Hasil Penelitian dan Analisis Data.....	63
D. Pembahasan.....	103
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	131
B. Saran	132
DAFTAR PUSTAKA	133
LAMPIRAN.....	138

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Guide</i> wawancara informan utama.	51
Tabel 2. <i>Guide</i> wawancara informan pendukung.	52
Tabel 3. Informan Utama Penelitian.	60
Tabel 4. Informan Pendukung Penelitian.....	61
Tabel 4. Jadwal Pengambilan Data Informan Utama	62
Tabel 5. Jadwal Pengambilan Data Informan Pendukung	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gambaran Stres Kerja Pekerja Rumah Tangga (PRT) Usia Dewasa Awal.....	103
Gambar 2. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Badan Pegal.....	104
Gambar 3. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Sakit Kepala	105
Gambar 4. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Meriang dan Lesu	106
Gambar 5. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Gangguan Tidur.....	107
Gambar 6. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Sesak Nafas	107
Gambar 7. Gambaran Stres Kerja Gejala Fisiologis Sakit Lambung	108
Gambar 8. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Bosan	109
Gambar 9. Gambaran Stres Kerja Gejala Mudah Marah dan Jengkel	111
Gambar 10. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Mudah Tersinggung	112
Gambar 11. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Khawatir	113
Gambar 12. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Tertekan.....	114
Gambar 13. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Kurang Konsentrasi	115
Gambar 14. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Sedih dan Gelisah.....	115
Gambar 15. Gambaran Stres Kerja Gejala Psikologis Nafsu Makan	116
Gambar 16. Gambaran Stres Kerja Gejala Perilaku Malas.....	117
Gambar 17. Gambaran Stres Kerja Gejala Perilaku Menghindari Pekerjaan	118
Gambar 18. Gambaran Stres Kerja Gejala Perilaku Perubahan Tingkat Produktivitas	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Verbatim	139
Lampiran 2. Matriks.....	309
Lampiran 3. <i>Informend Consent</i> (IC).....	365

STRES KERJA PADA PEKERJA RUMAH TANGGA (PRT) USIA DEWASA AWAL

Abstrak

Pekerja rumah tangga (PRT) termasuk dalam kelompok pekerja informal, yang memiliki jam kerja sangat panjang dan dapat berlangsung selama lebih dari 12 jam dalam satu hari dengan upah yang diterima tidak pasti. PRT termasuk dalam kategori kelompok rentan terhadap kekerasan, baik kekerasan fisik maupun psikologis. Individu berpotensi mengalami stres akut dalam menghadapi pekerjaannya 22 persen lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak dirundung stres. Sementara itu pekerjaan dengan stres yang tinggi biasanya ditandai dengan tuntutan kerja yang tinggi, namun kontrol dari atasan sangat rendah, seperti ditemukan dalam industri jasa yakni pembantu. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan stres kerja pada pekerja rumah tangga (PRT) usia dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif fenomenologi yang datanya dikumpulkan melalui wawancara kepada 6 informan utama dan 6 informan pendukung. Penentuan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Informan utama adalah pekerja rumah tangga yang terdiri dari 3 informan perempuan dan 3 informan laki-laki usia 20-40 tahun di Surakarta, sedangkan informan pendukung adalah salah satu orang yang dekat dengan pekerja rumah tangga yaitu majikan atau pasangan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pekerja rumah tangga mengalami stres kerja dengan menunjukkan adanya gejala fisiologis seperti badan pegal, sakit kepala, meriang dan lesu, gangguan tidur, sesak nafas, dan gangguan lambung. Sementara itu gejala psikologis yang dirasakan seperti bosan, mudah marah dan jengkel, khawatir, tertekan, kurang konsentrasi, sedih dan gelisah. Selain itu gejala perilaku seperti kehilangan nafsu makan, merasa malas, menghindari pekerjaan, perubahan produktivitas kerja, dan merokok. Faktor yang menjadi sumber terjadinya stres kerja pada pekerja rumah tangga usia dewasa awal adalah melakukan lebih dari satu jenis pekerjaan, tidak memiliki jam kerja yang pasti, peralatan kerja, pekerjaan tambahan, hubungan yang kurang harmonis dan terikat aturan yang diberikan oleh majikan. Pekerja rumah tangga (PRT) usia dewasa awal menghadapi stres kerja dengan cara menghibur diri, menghubungi dan bercerita dengan keluarga, beristirahat dan melakukan program kesegaran jasmani. Selain itu PRT bersikap tenang dan santai, berhati-hati melakukan pekerjaan, beristighfar, berdoa dan berserah kepada Allah. Lalu PRT juga bersabar, bersyukur, dan tetap melakukan pekerjaan sebagai tanggungjawabnya.

Kata Kunci : Stres kerja, PRT, Dewasa awal.

Abstract

The purpose of this study was to understand and describe the work of stress in domestic workers (PRT) in early adulthood. The research method used by the phenomenology whose data was collected through interviews with 6 main informants and 6 supporting informants. Determination of informants using purposive sampling technique. The main informants were domestic workers consisting of 3 female informants and 3 male informants aged 20-40 years in Surakarta, while supporting informants were one person who was close to domestic workers, namely the employer or spouse. The results of this study show that early adult domestic workers experience work with stressful physiological symptoms such as body aches, headaches, fever and lethargy, sleep disturbances, shortness of breath, and gastric disorders. While there are psychological symptoms that are felt like boredom, irritability and irritation, worry, stress, lack of concentration, sadness and anxiety. Besides these behavioral symptoms such as loss of appetite, lazy feeling, avoiding work, changing work productivity, and smoking. The factors that become the source of work stress in early adult domestic workers is doing more than one type of work, having definite numbers working hours, working equipment, additional work, relationships that are less harmonious with the employer, are bound by the rules given by the employer. Early adult domestic workers (PRT) face work stress by entertaining themselves, contacting and telling stories to family, taking a break and doing a physical fitness program. In addition, domestic workers are calm and relaxed, careful to do work, relax, pray and surrender to Allah. Then domestic workers are also patient, grateful, and keep doing work as their responsibility.

Keywords : Job stress, domestic workers, early adults.