

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Stres adalah respon psikologis terhadap tuntutan yang ada pada sesuatu dan yang dihadapi melebihi kapasitas seseorang atau sumberdaya. Stres menggambarkan bahwa seseorang berhadapan antara hambatan dan tantangan seseorang dalam bekerja (Colquitt, 2009). Stres merupakan perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan. Stres juga dapat memperburuk kondisi penderitanya seperti dapat dialaminya multiple sclerosis, diabetes, herpes, penyakit jiwa, alkoholisme, penyalagunaan obat terlarang, perselisihan keluarga dan kekerasan (Rao & Prasad, 2017).

Menurut Noviati (2016) stres kerja adalah salah satu topik yang mendapat perhatian secara khusus, karena jika tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif yang signifikan terhadap kinerja, kesehatan, serta produktivitas kerja para karyawan. Seperti contohnya di Amerika, sebanyak 40% pekerja melaporkan bahwa pekerjaannya benar-benar membuatnya stres, dan sebanyak 8% pengeluaran asuransi kesehatan digunakan untuk biaya pengobatan stres kerja (Gharib, Jamil, Ahmad & Ghouse, 2016). Di Indonesia sendiri, berdasarkan penelitian dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, sebanyak 15-30% pekerja pernah mengalami stres kerja karena faktor risiko kerja seperti lingkungan kerja, beban kerja, peran individu dalam organisasi dan faktor individu itu sendiri (Candra, 2011)

Stres kerja dapat dialami karena adanya ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan kerja dan kemampuan individu. Salah satu aturan manajemen Jepang mengatakan bahwa efektivitas organisasi bergantung pada kemampuan pemimpinnya untuk memanfaatkan kekuatan stres dalam diri dan karyawan mereka, dan menggesernya menjadi energi untuk kesuksesan. Dimana hal tersebut dapat dicapai apabila individu dapat menjadikan stresnya sebagai tantangan untuk terus maju (Gharib, Jamil, Ahmad & Ghouse, 2016). Selain karyawan, stres kerja dapat terjadi pada pekerja rumah tangga (PRT).

Jumlah pekerja rumah tangga di Indonesia sangat tinggi baik pekerja rumah tangga (PRT) migran maupun domestik yang merupakan sumber utama ekonomi keluarga miskin. Estimasi ILO tahun 2009 menunjukkan pekerja rumah tangga (PRT) yang sebagian besar (90%) perempuan dan anak-anak, merupakan kelompok kerja yang secara global terdapat sekitar 100 juta di dunia, di antaranya sekitar 6 juta merupakan pekerja rumah tangga (PRT) migran dari Indonesia sedangkan sekitar 3 juta pekerja domestik. Dengan banyaknya pekerja rumah tangga (PRT) secara tidak langsung memberikan kontribusi bagi pendapatan negara (Susilowati, 2018).

Organisasi Buruh Internasional (*International Labour Organisation- ILO*) menyebutkan bahwa sampai tahun 2012 setidaknya terdapat 2,6 juta penduduk Indonesia yang bekerja sebagai pekerja rumah tangga (PRT- *domestic helper*), sebagian besar di antaranya adalah perempuan berpendidikan rendah, sedangkan kelompok pekerja laki-laki merupakan jumlah terkecil setelah perempuan dan anak-anak. Jumlah tersebut menurut ILO adalah tersebar di DKI Jakarta dengan

jumlah terbesar 801.566; Jawa Timur: 402.762; Jawa Tengah: 399.159; Jawa Barat: 276.939; Banten: 100.352; Bali: 99.277; Sulawesi Selatan: 62.237; Lampung: 60.461; DIY: 39.914, serta propinsi lain seperti: Sumatera Utara, Riau, Sumatera Selatan, NTB, NTT, Kalimantan Barat, Kalimantan Timur, di mana jumlahnya tidak terpaut jauh. Akan tetapi, data jumlah PRT sebagaimana diungkapkan ILO tidak dimiliki oleh Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Afifah, 2018).

Individu berpotensi mengalami stres akut dalam menghadapi pekerjaannya 22 persen lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak dirundung stres. Individu lain yang memiliki tingkah stres kerja yang rendah salah satunya adalah artistek dikarenakan profesi tersebut dianggap memiliki tuntutan kerja yang rendah namun kontrol yang tinggi dari atasan atau klien. 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 pelayan, pembantu, dan perawat (Indriani & Nadia, 2015).

Pekerja rumah tangga (PRT) adalah orang yang bekerja membantu pekerjaan kerumah tanggaan. Sebelumnya pekerja rumah tangga disebut sebagai “pembantu” rumah tangga, hingga adanya wacana baru yang dikembangkan oleh LSM dan organisasi internasional perburuhan (ILO) untuk mengganti kata “pembantu” menjadi “pekerja”. Adanya perubahan istilah diharapkan agar pekerja rumah tangga diakui sebagai pekerja yang bersifat formal yang dilindungi oleh hukum-hukum ketenagakerjaan (Sudirman, 2016). Namun, ILO mencatat bahwa

ada 4,2 juta asisten rumah tangga di Indonesia yang belum diakui sebagai pekerja oleh pemerintah dan DPR RI (Prasasti, 2018).

Pekerja rumah tangga (PRT) termasuk dalam kelompok pekerja informal, diskriminasi terhadap PRT menyebabkan pekerjaan PRT tidak bernilai ekonomi. Pekerja rumah tangga masuk dalam kategori kelompok rentan, fenomena sosial yang diskriminatif mengakibatkan PRT rentan terhadap kekerasan, baik kekerasan fisik maupun psikologis. PRT tidak memiliki bergaining posisi sehingga kedudukannya sangat lemah dan tidak ada perlindungan hukum (Wati, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara S di Jakarta yang dilakukan oleh Prasasti (2018), menyatakan bahwa PRT memiliki jam kerja yang sangat panjang, yang dapat berlangsung selama 12 jam dalam satu hari dan hanya digaji 800 ribu hingga satu juta rupiah saja. Selain itu, PRT juga tidak memiliki jaminan kesehatan, sehingga saat sakit PRT diharuskan membayar tagihan kesehatan menggunakan uangnya sendiri, padahal gaji PRT sudah kecil. S juga menjelaskan bahwa PRT kerap kali mengalami siksaan yang dilakukan oleh majikannya, seperti dipukul atau upah tidak dibayarkan (Prasasti, 2018).

Kekerasan terhadap pekerja rumah tangga (PRT) masih kerap terjadi di Indonesia. Koodinator Nasional, Jaringan Nasional Advokasi Pekerja Rumah Tangga (JALA PRT) Lita Anggraini memaparkan hingga September 2016 terdapat 217 kekerasan terhadap PRT di Indonesia. Dari data tersebut kekerasan yang terjadi terhadap PRT terjadi 41 kasus kekerasan yang terjadi dalam berbagai bentuk dari kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, sampai dengan ekonomi. Lalu kekerasan fisik mencapai 102 kasus yang meliputi pemukulan,

isolasi, dan perdagangan manusia. Sedangkan kekerasan ekonomi karena upah PRT tidak dibayar mencapai 74 kasus (Bayu, 2016). Faktor ekonomi merupakan salah satu alasan kekerasan atau pelecehan seksual yang bisa saja dianggap tidak ada atau bahkan ditutupi agar PRT tersebut tidak diberhentikan sehingga tetap dapat menafkahi keluarganya (Seiff, 2015). Kasus lain yang terjadi pada PRT yaitu AL seorang PRT di Medan Timur diduga nekat melakukan lompat dari lantai tiga rumah majikannya karena stres terus-menerus bekerja selama 24 jam (Argus, 2016).

Dari data di atas, diketahui bahwa PRT mengalami berbagai tekanan dalam hidup seperti fisik, psikis, ekonomi, dan sosial. Problem-problem yang terjadi pada pekerja rumah tangga antara lain PRT mengalami permasalahan kesehatan yang sering terganggu, sulit menyesuaikan diri dengan majikan, tidak betah tinggal di rumah majikan, sering disalahkan majikan, peraturan majikan selalu menekan, tidak paham dengan perintah majikan, dan diperlakukan kasar oleh majikan (Dwiyanti, 2010). Umumnya PRT juga mengalami sakit perut, sakit kepala, panas, batuk, gejala typhus, dan pegal-pegal (Lestari, 2007).

Indikasi terjadinya stres kerja PRT, dapat dilihat dari tiga aspek yaitu, Indikator fisik: tegang otot leher dan kepala, berkeringat, peningkatan denyut jantung dan tekanan darah, kelelahan fisik, sakit kepala, masalah tidur. Indikator psikologis: mudah tersinggung, tidak komunikatif, banyak melamun, dan mudah lelah. Indikator perilaku: merokok berlebihan, menunda pekerjaan, sering melakukan kesalahan, susah konsentrasi dan perilaku makan yang tidak normal (Ellyzar, Yunus & Amri, 2017).

Stres kerja merupakan salah satu bentuk gangguan kesehatan pekerja yang paling umum terjadi. Stres pada pekerjaan merupakan akibat dari karakteristik yang ada pada pekerjaan yang merupakan ancaman bagi diri seseorang. Menurut Robbins & Judge (2017) ada tiga kategori pemicu stres kerja yakni lingkungan, organisasional, dan individual. Faktor lingkungan mempengaruhi desain dari struktur organisasi, ketidakpastian itu juga mempengaruhi tingkat stres kerja di kalangan para karyawan dalam organisasi. Faktor Organisasi yang dikelompokkan menjadi tiga tuntutan yakni tuntutan tugas, tuntutan peran dan tuntutan pribadi. Faktor individual ini adalah persoalan keluarga, masalah ekonomi pribadi, dan karakteristik kepribadian bawaan.

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui pengamatan dan wawancara terhadap pekerja rumah tangga (PRT) di Solo terhadap tujuh orang PRT, diperoleh fakta bahwa terdapat tiga orang PRT yang menunjukkan gejala mengalami stres kerja diantaranya mengalami stres kerja sebanyak 5-6 kali dalam seminggu, mereka mengalaminya baik di pagi hingga malam hari dikarenakan banyaknya aktivitas, adanya tekanan oleh majikan, dan kurang terbuka dengan lingkungan. Tiga orang PRT tersebut mengalami stres dengan gejala sakit kepala, tegang, susah tidur, tidak puas dengan pekerjaannya, susah berkonsentrasi, cemas, mengurangi porsi makanan, penurunan kualitas hubungan dengan majikan, dan malas melaksanakan pekerjaan. Hal tersebut membuat mereka para PRT merasa tertekan karena selalu dihadapkan pada rutinitas untuk menyelesaikan pekerjaan rumah tangga. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Julvia (2016) pada karyawan di PT. Hikari bahwa ada

pengaruh negatif antara stres kerja dengan kinerja karyawan. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja berdampak pada kinerja karyawan, dimana semakin tinggi tingkat stres kerja maka kinerja karyawan mengalami penurunan.

Berdasarkan konsep Undang-Undang tentang Perlindungan PRT telah dibuat baik versi Jaringan Nasional Advokasi Pekerja Rumah Tangga (JALA) maupun versi pemerintah revisi terakhir pada bulan Juni 2010. Tujuan dari perlindungan PRT yaitu memberikan pengakuan secara hukum atas jenis pekerjaan PRT, memberikan pengakuan bahwa pekerjaan kerumah tanggaan mempunyai nilai yang setara dengan semua jenis pekerjaan lainnya, mencegah segala bentuk diskriminasi, eksploitasi, pelecehan dan kekerasan terhadap PRT, memberikan perlindungan kepada PRT dalam mewujudkan kesejahteraan dan mengatur hubungan kerja yang menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, keadilan dan kesetaraan (Wati, 2014).

Melihat konsep undang-undang yang telah dipaparkan seorang pekerja seharusnya terhindar dari diskriminasi, eksploitasi, pelecehan dan kekerasan agar dapat menjalankan tugasnya dengan baik. Namun karena faktor-faktor tertentu PRT sengaja menutupi adanya perlakuan tidak baik yang diterimanya agar tidak diberhentikan. Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah yang menjadi fokus dalam peneliti ini adalah “Bagaimana gambaran stres kerja pada pekerja rumah tangga (PRT) usia dewasa awal”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti diantaranya:

1. Untuk memahami dan mendeskripsikan stres kerja pada pekerja rumah tangga (PRT) usia dewasa awal.

## **C. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini memiliki beberapa manfaat diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang psikologi khususnya psikologi industri untuk menambah wawasan dan memahami stres kerja yang terjadi pada pekerja rumah tangga (PRT) yang berada di rentang usia dewasa awal, sehingga dapat menjadi masukan untuk proses dalam mengatasi stres kerja yang terjadi terutama pada pekerja rumah tangga (PRT).

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pemerintah

Manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian yaitu penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi pemerintah sebagai kebijakan untuk menentukan sikap terhadap masalah pekerja rumah tangga (PRT).



b. Bagi Masyarakat

Penelitian tentang stres kerja ini diharapkan dapat digunakan sebagai saran dan pertimbangan dalam mengurangi dan membantu mengatasi stres kerja pada pekerja rumah tangga (PRT).

c. Bagi Mahasiswa Psikologi

Diharapkan penelitian ini juga dapat menjadi rujukan kepada mahasiswa psikologi khususnya untuk penelitian selanjutnya terkait dengan stres kerja. Serta menjadikan mahasiswa psikologi sebagai calon ilmuwan psikologi yang dapat memberikan masukan kepada pekerja rumah tangga (PRT) yang memiliki permasalahan terkait stres kerja.