

BAB III

KONDISI OBJEKTIF RESPONDEN

A. Profil Responden

1. I.S.A

ISA merupakan seorang pegawai BKKBN dengan jabatan Koordinator Balai Penyuluh KB Sindangresmi, berusia 32 tahun, ISA lahir pada Tahun 1988, Ia merupakan anak pertama dari lima bersaudara, tiga diantaranya masih mengenyam pendidikan. ISA seorang ibu rumah tangga yang memiliki tiga orang anak, anak pertama ISA berusia 9 tahun dan yang terakhir berusia 3,5 tahun. Suaminya merupakan seorang tentara TNI AD.

ISA bekerja di BKKBN selama delapan tahun, sebelumnya ISA bertugas di BKKBN Ternate karena mengikuti tugas suaminya, setelah lima tahun ISA pindah ke kampung halamannya begitupun tugas dan pekerjaannya di mutasi ke Kecamatan Sindangresmi. ISA bekerja di BKKBN Sindangresmi selama dua tahun. Pada tahun 2018-2019 ISA menjadi pegawai biasa kemudian pada tahun 2020 ISA

diangkat menjadi koordinator, karena kinerjanya yang baik. Terdapat perbedaan tugas tentunya saat menjabat menjadi pegawai biasa dengan menjadi koordinator¹.

2. RF

RF merupakan seorang pegawai BKKBN berstatus honorer, RF berusia 23 tahun dan RF belum menikah, RF anak kedua dari dua bersaudara dan RF merupakan anak laki-laki satu-satunya. RF bekerja di kantor BKKBN Sindangresmi setelah resign dari pekerjaan sebelumnya. RF bekerja di BKKBN baru sekitar 3 bulan. RF di BKKBN sebagai pengolah data, setiap akhir bulan RF akan membuat rekap data yang di berikan kader BKKBN dan dibuatkan laporan untuk di serahkan ke BKKBN Pandeglang.

Ayah dari RF memiliki sebuah toko jajanan dan ibunya sebagai guru sekolah dasar, ia memiliki seorang kakak yang bekerja sebagai bidan di puskesmas Sindangresmi, sebagai anak laki-laki satu-satunya ia merasa

¹ ISA, 32 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Ahad, 22 Agustus 2020, Pukul 14.37 WIB di Rumah Responden

memiliki tanggung jawab atas keluarganya melihat kedua orangtuanya yang sudah lanjut usia namun masih bekerja.²

3. N.S

NS merupakan seorang pegawai BKKBN yang berstatus Honorer, NS saat ini berusia 37 Tahun NS merupakan seorang suami dan ayah dari satu anak, anak NS saat ini bersekolah di sekolah dasar, istrinya merupakan ibu rumah tangga.

NS 12 tahun sudah bekerja di BKKBN sebagai keamanan dan juga humas, sudah menjadi tugasnya untuk menjaga aset Kantor BKKBN dengan baik, dan mencegah terjadinya kehilangan, datang lebih awal sudah menjadi keharusan bagi keamanan, selain itu NS juga sebagai kordinator para kader PPKBD dan Sub PPKBD dalam menjalankan tugas program BKKBN, selain di BKKBN NS juga bekerja di KPU sebagai pekerjaan sampingan untuk tambahan pendapatannya.³

² RF, 23 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Kamis, 20 Agustus 2020, Pukul 14.37 WIB di Balai Penyuluh KB

³ NS, 37 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Jumát, 21 Agustus 2020, Pukul 14.37 WIB di Balai Penyuluh KB

4. L.L.H

LLH merupakan pegawai BKKBN yang sedang menyelesaikan tugas akhir kuliahnya, awalnya ia bekerja di BKKBN sebagai pegawai magang dari kampus, namun setelah beberapa waktu ia memutuskan untuk melanjutkan sebagai pegawai honorer BKKBN, LLH di berikan tugas sebagai pengolah data bersama RF, di samping itu pendampingan kampung KB atau kegiatan KB lainnya, tentu saja sebagai pegawai BKKBN harus mengikuti kegiatan tersebut.

LLH saat ini berusia 23 tahun, LLH anak terakhir dari tiga bersaudara, kedua kakanya sudah berumah tangga, selain sebagai seorang pegawai ia juga sebagai mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan tugas akhir di perkuliahannya.⁴

⁴ LLH, 23 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Senin, 23 Agustus 2020, Pukul 14.37 WIB di Balai Penyuluh Kb

B. Bentuk-bentuk Stres

Berdasarkan hasil penelitian yang telah saya lakukan, terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stres pada responden, seperti faktor perilaku, psikologis, ekonomi, juga faktor sosial, selain itu banyak faktor yang dapat menyebabkan stres seperti cuaca atau iklim, kemudian kondisi atau suasana kerja itu juga dapat menjadi stimulus atau perangsang stres, yang berakibat pada kinerja.

Setelah melakukan wawancara dengan responden saya melihat bahwa pada saat kondisi emosi tidak stabil akibat stres hal tersebut menyebabkan perubahan perilaku yang juga sangat mempengaruhi pada pekerjaan yang dilakukan, adapun faktor atau penyebab terjadinya stres selain dari pekerjaan itu sendiri juga berasal dari keluarga, selain dari faktor internal juga dari faktor eksternal. Berikut saya uraikan beberapa faktor utama yang menjadi penyebab stres bagi setiap responden.

1. Faktor Psikologis

Kepribadian dan kondisi mental seseorang sangat berpengaruh terhadap cara merespon stimulus yang datang,

saat kondisi mental seseorang stabil maka ketika berbagai stimulus yang datang ia akan menyikapinya dengan bijak, berbeda apabila kondisi mentalnya tidak stabil dengan kepribadian pemarah, agresif dan mudah marah.

2. Faktor Ekonomi

Mengapa ekonomi menjadi salah satu faktor penyebab stres? Karena saat ini ekonomi merupakan kebutuhan pokok bagi setiap orang, segala sesuatu perlu di tukar atau di beli dengan uang, belum lagi ada berbagai macam bentuk kebutuhan dan keinginan yang merasa harus di penuhi, jika mengalami kekurangan maka kemungkinan besar merasa tertekan hingga menyebabkan stres.

3. Faktor sosial

Warga setempat atau lingkungan tempat tinggal para pegawai yang memandang bahwa pegawai sebagai seseorang yang berkecukupan bahkan mampu membeli ini dan itu, berbeda dengan kenyataan bahwa hanya menjadi pegawai saja terlebih honorer untuk mencukupi diri juga keluarga harus melakukan pekerjaan lain. Berikut

penjelasan terperinci mengenai bentuk stres dan penyebabnya bagi masing-masing responden:

1. ISA

Sebagai mana yang telah di jelaskan sebelumnya bahwa ISA merupakan Koordinator Balai Penyuluh KB, sebagai Koordinator tentu memiliki kinerja yang profesional merupakan sebuah keharusan, sebagai Ibu rumah tangga yang juga wanita karir tentu harus ada salah-satu yang terabaikan. ISA tidak mengabaikan perannya sebagai ibu dan istri hanya saja ia lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bekerja. Berikut faktor dan bentuk stres yang di alami responden.

a) Faktor internal

Stres yang di pengaruhi oleh kehidupan internal responden yaitu pihak keluarga ataupun diri sendiri, sebagai wanita karir dan juga ibu rumah tangga, sering mendapatkan tuntutan dari keluarganya terutama anak-anaknya, yang menginginkan banyak perhatian dan waktu bermain bersama ibu, tekanan

terbesar adalah saat membawa pekerjaan kerumah dan di ganggu oleh anak-anaknya, hingga membuat ISA hilang kontrol, terkadang isa sampai mengurung anaknya atau justru mengurung diri sendiri di ruang kerja, tidak jarang ia memarahi anaknya dan membiarkannya menangis hingga tertidur. Menurutny keberadaan suaminya seringkali tidak membantu, dan sibuk dengan urusannya sendiri.

Selain dari faktor keluarga, diri sendiri juga menjadi faktor terjadinya stres terutama dalam masalah kesehatan, orang yang kondidisi fisiknya sedang sakit ia akan mudah lelah, tersinggung, dan cepat marah, seperti itulah yang di sampaikan ibu ISA pada saat wawancara.

b) Faktor eksternal

Stres faktor eksternal meliputi beban pekerjaan itu sendiri kemudiaan, kondisi lingkungan kerja serta pandangan masyarakat terhadap pegawai. Beban pekerjaan terutama saat harus menyerahkan

DUPAK yang di serahkan setiap periode Januari-Juni, dan Juli-Desember, DUPAK ini di khususkan untuk PNS, pembuatan laporan kegiatan pribadi selama periode tersebut dalam satu waktu yang akan di serahkan langsung ke Provinsi. Kualitas DUPAK menjadi tolak ukur kenaikan pangkat, maka dari itu pembuatan DUPAK menjadi salah satu pekerjaan yang memiliki beban berat.

Kondisi lingkungan kerja, bekerja sama dengan karyawan yang menurutnya kurang cakap dalam bekerja, seperti halnya dalam pembuatan laporan pertanggung jawaban, dan para kader KB seringkali membuat tidak puas, dengan kinerja para kader yang tidak mencapai target, bagi seorang koordinator itu merupakan sebuah kegagalan besar, seperti contoh di tahun ini mendapatkan akseptor kb implan baru harus mencapai 100 orang, sudah hampir

akhir tahun belum juga mencapai bahkan 50% dari 100.⁵

2. RF

RF sebagai pegawai baru di BKKBN yang bertugas sebagai pengolah data yang harus mengerjakan SPJ (Surat Pertanggung Jawaban) selain itu ia seringkali dilibatkan dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan di BKKBN.

Sebagaimana yang telah di jelaskan bahwa sebelumnya ia pernah bekerja sebagai admin di cabang sebuah perusahaan, lalu ia *resign* karena terlalu besar tekanan yang ia terima dari atasannya juga beban pekerjaan yang terlalu berat sehingga hampir setiap malam ia lembur dan kondisi kesehatan yang kurang baik, maka dari itu ia memutuskan untuk *resign*. Setelah bekerja sebagai pegawai BKKBN ia mengalami banyak perbedaan dalam pekerjaan yang di lakukan, berikut

⁵ ISA, 32 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Ahad, 28 Agustus 2020, di Rumah Responden

beberapa faktor dan respon stres yang di alami responden.

a) Faktor internal

Stres akibat dari faktor internal merupakan *stressor* dari pihak keluarga dan atau diri sendiri, dalam hal ini keluarga RF tidak berpengaruh besar terhadap stres yang dialami RF, menurutnya justru RF mendapatkan banyak dukungan dari keluarganya. Diri sendirinya lah yang menjadi *stressor* bagi RF.

Perbedaan cara kerja membuat RF harus beradaptasi lagi dengan pekerjaan barunya, sama-sama mengolah data namun bekerja sebagai Pegawai atau penyuluh KB tentu saja harus berhadapan langsung dengan masyarakat, bagi RF duduk seharian di depan laptop lebih baik dari pada berhadapan langsung dengan masyarakat, seringkali ia menghindar atau memilih untuk menyediakan kebutuhan acara daripada harus melayani

masyarakat, RF sering mengambil peran untuk pengambilan dokumentasi.

b) Faktor eksternal

Faktor eksternal yang RF alami merupakan beban kerja itu sendiri juga stigma dari masyarakat, dimana pekerjaan sebelumnya RF sangat sibuk dan hanya ada sedikit waktu untuk istirahat, setelah *resign* dia memiliki banyak waktu istirahat sehingga setelah kembali bekerja, dengan beban pekerjaan yang tidak terlalu berat seperti sebelumnya, ia seringkali menjadi kebingungan dengan apa yang harus dikerjakan setelah pekerjaan selesai, sedangkan jam kerja masih banyak, sehingga seringkali ia tertidur di tempat kerja, atau bahkan pernah pulang lebih awal karena merasa bosan, namun ada kalanya pekerjaan menjadi sangat berat yaitu saat ada kegiatan penyuluhan, bekerja di kantor KB atau Balai Penyuluh KB, tentu saja penyuluhan merupakan program utama yang selalu

di laksanakan minimal satu bulan dua kali. Saat ada kegiatan penyuluhan itulah pekerjaan yang berat bagi RF, karena tidak mungkin baginya untuk selalu menghindar, mengajak peserta penyuluhan mengobrol perihal KB, atau sekedar bertukar sapa dan lain sebagainya itu harus, dan bagi RF itu sangat berat sampai terkadang RF berkeringat, atau gemetar. Belum lagi saat ada pertanyaan dari peserta, saat sedang berbicara dengannya, sehingga jika RF merasa tidak mampu ia akan izin untuk pergi sejenak atau pindah ke ruangan lain untuk sekedar menangkan diri.

Adapun stigma masyarakat terhadapnya karena ia merupakan sarjana yang juga pegawai masyarakat menganggap bahwa ia dapat melakukan dan mengetahui segalanya, dan ia merupakan pemuda yang berkecukupan, hal tersebut membuat RF lebih menyukai berdiam diri dirumah selepas kerja atau menjaga toko orang tuanya, menghindari

berkumpul dengan teman-temannya dan menghindari perkumpulan.⁶

3. NS

NS merupakan pegawai terlama yang bekerja sebagai pegawai BKKBN, ia bekerja di BKKBN sejak 2007, ia merasakan beberapa perbedaan setiap kali pergantian koordinator, dimana pada tahun 2007 ia satu-satunya pegawai yang membantu koordinator BKKBN saat itu, dengan beban pekerjaan yang banyak dan juga periode tersebut merupakan awal pendirian BKKBN yang tentu tantangan di lapangan sangat banyak, dimana masyarakat masih sangat awam dengan KB, dan tugasnya lah untuk mensosialisasikan sekaligus meyakinkan masyarakat untuk mengikuti program KB.

Kemudian di periode selanjutnya NS merasa lebih beruntung karena mendapatkan rekan kerja yang memiliki pengalamann di bidang KB, sedikit berkurang

⁶ RF, 23 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Senin, 31 Agustus 2020, di Balai Penyuluh Kb

beban tenaga dan pikirannya, berikut faktor internal dan eksternal yang di rasakan NS.

a) Faktor internal

Faktor stres internal yang dialami NS merupakan stres akibat adanya tekanan dari keluarga dan diri NS itu sendiri, keinginan seorang istri dan anak yang beragam tidak dapat terpenuhi seutuhnya membuat NS merasa gagal dalam memberikan kebahagiaan, *“dengan pendapatan sebagai honorer yang tidak seberapa tentu saja tidak dapat memenuhi keinginan dan hanya dapat memenuhi kebutuhan saja itupun pas-pasan”*. Maka dari itu bagi NS tidaklah cukup bertahan dengan satu pekerjaan saja sebagai honorer, ia melakukan pekerjaan lain yakni sebagai petugas BAWASLU. Seringkali terjadi persamaan waktu kegiatan di BKKBN dan BAWASLU tentu harus ada yang dikorbankan salah satunya, hal tersebut

merupakan beban moral yang harus ditanggung oleh NS.

NS bekerja di BAWASLU sebagai alternatif menambah penghasilan demi memenuhi kebutuhan, kemudian dalam menghadapi stres akibat beban kerja menjadi lebih banyak adalah ia terkadang meninggalkan atau izin untuk tidak bekerja dalam satu sampai dua hari di BKKBN dan melakukan pekerjaannya di BAWASLU, tentu saja hal tersebut tidaklah baik dan bukan solusi yang tepat, namun untuk beberapa waktu ini NS tetap melakukan hal tersebut sampai kegiatan pemilu diselenggarakan.

Kemudian dalam menghadapi keluarganya seringkali ia meminta pengertian dari anak dan juga istrinya, untuk tidak terlalu memberikan tuntutan, dan membantunya dalam mencari tambahan penghasilan dengan berdagang, yang kemudian di setujui oleh istrinya.

b) Faktor eksternal

Faktor eksternal yang memberikan stimulus terjadinya stres adalah, beban pekerjaan menjadi bertambah karena ia memiliki dua pekerjaan, sebagai seorang humas sekaligus koordinator para kader PPKBD dan sub hal yang dilakukannya adalah berinteraksi langsung bersama para kader, dan menyerahkan laporan para kader kepada koordinator Balai Penyuluh KB yang harus dilakukan setiap dua minggu satu kali, sedangkan waktu untuk bekerja terbagi dengan pekerjaannya di BAWASLU, dan seringkali laporan dari para kader yang tidak tepat waktu. Hal tersebut membuat NS merasa lelah dan seringkali ia merasa sakit kepala karenanya.

Dalam menghadapi situasi seperti itu NS seringkali memberikan teguran pada para kader dengan begitu ia merasa lebih baik, atau dengan

meminta bantuan dari koordinator Balai Penyuluh KB,⁷

4. LLH

LLH sebagai seorang mahasiswa tingkat akhir mulai menjadi pegawai magang adalah hal yang biasa terjadi, berbeda ceritanya bagi mereka yang tidak bisa membagi waktu, dan menghadapi tuntutan pekerjaan dan juga tugas akhir kuliah, dalam bekerja tentu saja sikap profesionalisme sangat dibutuhkan untuk menghasilkan kinerja yang baik. Berikut beberapa faktor yang menyebabkan stres kerja bagi LLH.

a) Faktor internal

Sebagaimana yang kita ketahui bahwa faktor internal merupakan faktor terjadinya stres akibat dari diri sendiri ataupun keluarga, adapun yang dihadapi LLH adalah ia merasa belum mampu dalam membagi waktu sehingga dengan bekerja tugas akhirnya tertunda, sedangkan saat ia fokus untuk

⁷ NS, 37 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Kamis, 27 Agustus 2020, di Balai Penyuluh Kb

menyelesaikan tugas akhir maka pekerjaannya adalah yang terbengkalai, dan ia tidak bisa memutuskan salah satunya karena selain ia harus menyelesaikan tugas akhir kuliahnya ia harus tetap bekerja hal itu dikarenakan bekerja sebelum kelulusan adalah permintaan orangtuanya, dan juga kakak-kakaknya.

Dalam hal membagi waktu satu sisi ia merasa tidak enak kepada kedua belah pihak yakni keluarga dan juga atasan di tempat ia kerja, sehingga hal tersebut sangat membebani dan seringkali ia tidak fokus dalam mengerjakan pekerjaan dan menyelesaikan tugas kuliah, hal yang ia lakukan untuk bertahan dalam menyelesaikan kuliah sekaligus bekerja adalah keluarga.

b) Faktor eksternal

Faktor eksternal yang menjadi stimulus terjadinya stres adalah proses penyelesaian tugas akhir yang mana skripsi yang seringkali ditolak oleh dosen pembimbing, kemudian pekerjaan itu sendiri,

ia merasa yang awalnya dia anggap mudah bekerja di Balai Penyuluh KB, ternyata cukup sulit baginya karena selain mengurus laporan pengolahan data ia juga harus melakukan penyuluhan dan juga pembinaan, dalam melakukan penyuluhan dan juga pembinaan sebagai seorang pegawai harus profesional tidaklah layak membawa masalah pribadi kedalamnya, sedangkan ia juga seringkali lelah dan stres akibat tugas akhir sehingga mempengaruhi pekerjaannya, seperti seringkali terjadi kesalahan dalam laporan, tidak siap dalam menyampaikan materi ketika pembinaan, dan lain sebagainya.⁸

Table 3.1
Bentuk Stres

Bentuk Akibat Stres	Responden			
	ISA	RF	NS	LLH
Merasa mudah lelah	✓	✓	✓	✓

⁸ LLH, 23 Th, *PLKB*, diwawancarai oleh Dewi, Senin, 31 Agustus 2020, di Balai Penyuluh Kb

Merasa penat	✓		✓	
Gangguan pencernaan	✓			
Nafsu makan berkurang				✓
Berat badan menurun.				✓
Sering kepala pusing.	✓	✓	✓	✓
Sensitif dengan kritikan		✓		✓
Perasaan negatif		✓		
Tidak percaya diri		✓		
Mudah emosional	✓		✓	✓
Susah tidur		✓	✓	
Gangguan sistem pencernaan semakin berat	✓		✓	
Mudah bingung dan panik		✓		

Keterangan

✓ = Responden memiliki atau merasakan gejala tersebut

= responden tidak memiliki atau merasakan gejala tersebut

