

## Dinamika interaksi stres kerja dan penyakit pada karyawan

Lugita Agustina

Deskripsi Dokumen: <http://www.digilib.ui.ac.id/opac/themes/libri2/detail.jsp?id=95965>

---

### Abstrak

Alasan dan tujuan : penelitian dilakukan dengan dilatarbelakangi teori bahwa stres kerja dapat menimbulkan penyakit pada karyawan sehingga mengakibatkan tingginya jumlah ketidakhadiran karena sakit (cuti sakit). Cuti sakit tidak hanya berdampak pada tingginya beban biaya pengobatan yang harus ditanggung perusahaan tetapi juga mengganggu pola kerja dan produktivitas perusahaan. Dengan mengetahui bagaimana dinamika interaksi yang terjadi antara sumber stres kerja (stressor), yakni yang berasal dari faktor pekerjaan, individual dan extra organizational, dengan penyakit, maka dapat dilakukan langkah pengelolaan stres kerja yang akan mengurangi penyakit pada karyawan.

Metode : penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus, dengan sampel 4 (empat) orang karyawan yang bekerja sebagai operator produksi. Sampel dipilih secara purposive mewakili karyawan dengan cuti sakit tertinggi dan terendah. Data diperoleh terutama melalui wawancara pertanyaan terbuka kepada subyek penelitian, ditambah dengan informasi clan pihak terkait seperti atasan dan dokter perusahaan, serta didukung oleh catatan pemeriksaan medis.

Hasil penelitian : Subyek penelitian yang memiliki stressor faktor pekerjaan dan extraorganizational yang tinggi, serta didukung oleh faktor individual berupa NA (Negative Affect) yang tinggi, serta stress control dan hardiness yang lemah, mengeluhkan lebih banyak keluhan fisik, baik yang memang memiliki dasar fisiologis (disease) maupun yang bersifat subyektif (illness). Mereka memiliki cuti sakit yang tinggi.

Sebaliknya, subyek penelitian dengan stressor faktor pekerjaan dan extraorganizational yang rendah, serta didukung oleh faktor individual berupa NA (Negative Affect) yang rendah, serta stress control dan hardiness yang kuat, tidak mengeluhkan keluhan fisik, psikologis maupun perilaku. Mereka lebih bahagia dan produktif dalam menjalani kehidupannya.

Kesimpulan dan saran : Interaksi antara stressor pekerjaan, individual dan extraorganizational dapat memicu stres, baik distress maupun eustress. Untuk mengatasi distress, yakni stres yang menimbulkan gangguan dalam kehidupan individu, perlu dilakukan konseling individual yang bertujuan untuk membantu individu untuk meningkatkan hardiness dan spiritual health, mengubah NA-nya yang tinggi, serta mempelajari teknik-teknik pengelolaan stres.