

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA
PADA TERAPIS ANAK AUTISME DI KLINIK KEANNA CENTER
TAHUN 2013**

Mahesa Dhirny Mirnawati,SKM¹⁾ dan Suwanto,SKM,M.Kes²⁾

1) Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S-1 Kesehatan Masyarakat
Universitas Respati Indonesia Jakarta
Jl. Bambu Apus I No. 3 Cipayang Jakarta Timur 13890
Email : urindo@indo.net.id

ABSTRAK

Dewasa ini, konsep tentang stres kerja telah menarik dan mengguncang perhatian nasional. Hal tersebut karena peningkatan klaim ketidak mampuan berdasarkan pada faktor-faktor terkait dengan stres. Seiring perjalanan waktu, kemajuan teknologi tampaknya memperlambat kemampuan kita untuk mempertahankan produktifitas, dan kita merasa hanya memiliki sedikit kendali bahkan tidak memiliki kendali sama sekali. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik Keanna Center tahun 2013.

Jenis penelitian ini merupakan studi analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu mencari faktor-faktor yang berhubungan dengan variabel dependen (stress kerja) yang diteliti dalam waktu bersamaan. Pengambilan data dependen dan independen dengan skala ordinal dengan menggunakan kuesioner.

Hasil yang diperoleh dari penelitian yaitu tidak semua terapis mengalami stres kerja. Sebanyak 7 terapis (35%) mengalami stres kerja dan 13 terapis (65%) tidak mengalami stres kerja. Dari kelima faktor yang mempengaruhi stress kerja, hanya terdapat 2 faktor yang berhubungan yaitu beban kerja (P value = 0,005) dan rutinitas (P value = 0,015).

Pihak manajemen disarankan untuk memberikan fasilitas jamsostek kepada setiap karyawan klinik agar karyawan merasa nyaman selama bekerja. Kemudian mengadakan pelatihan untuk para terapis agar meningkatkan kinerja terapis dan menambah pendapatan klinik.

Daftar Bacaan : 27 (1994 – 2012)

Kata Kunci : Stres Kerja, Terapis Anak Autisme

1. PENDAHULUAN

Stress kerja Menurut A.A. Anwar Prabu Mangkunegara (2008:157) adalah Perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan. Stress kerja ini tampak dari simptom, antara lain emosi tidak stabil, perasaan tidak tenang, suka menyendiri, sulit tidur, merokok yang berlebihan, tidak bisa rileks, cemas, tegang, gugup, tekanan darah meningkat, dan mengalami gangguan pencernaan.

Stres dalam suatu lingkungan pekerjaan sampai batas yang dapat ditoleransi bisa memberikan suatu rangsangan sehat guna mendorong individu-individu dalam suatu organisasi untuk memberikan tanggapan positif terhadap tantangan-tantangan yang dihadapi sehingga mereka terpacu untuk mengerahkan segala sumber daya yang dimiliki dalam rangka memenuhi tugas dan tanggung jawabnya, dan

apabila ini terjadi maka stres pada akhirnya dapat meningkatkan produktivitas dan prestasi kerja.

Pada kondisi sebaliknya, stres yang berlebihan sudah tidak mampu lagi ditoleransi oleh seorang individu akan menimbulkan dampak yang tidak sehat karena individu tersebut kehilangan kemampuan untuk mengendalikan dirinya secara utuh. Akibatnya ia tidak dapat lagi mengambil keputusan-keputusan yang tepat dan kadang perilakunya ikut terganggu. Dampak lain yang mungkin terjadi adalah sakit secara fisik, putus asa, sering absen, dan lain-lain. Akhirnya selama stres ini belum teratasi, maka tingkat produktivitas/prestasi kerja cenderung dan terus menurun. Kondisi yang sama dapat terjadi apabila dalam lingkungan pekerjaan tersebut tidak ada stres sama sekali. Karena tantangan-tantangan kerja tidak ada sehingga pekerjaan

menjadi suatu hal yang membosankan dan menjemukan. (Handoko,2000 : 202)

Sekitar 80% penyakit dan kesakitan dipicu dan diperburuk oleh stres kerja. Tiga dari lima orang menyatakan bahwa stres kerja berhubungan langsung dengan masalah kesehatan akut dan kronis sehingga dalam laporan pemerintah Amerika Serikat di tahun 1992, stres kerja dijuluki sebagai penyakit abad ke-20. (*National Safety Council, 2004:6*)

Stres kerja juga merupakan penentu penting timbulnya depresi, penyebab keempat terbesar timbulnya penyakit di seluruh dunia. Depresi diperkirakan bakal menduduki tempat kedua menjelang 2020 sesudah penyakit jantung yang menduduki tempat ketiga. Di negara-negara Uni Eropa, ongkos yang harus dibayar akibat stress kerja dan penyakit mental yang terkait dengannya diperkirakan mencapai rata-rata 3-4 persen dari PDB, yaitu sekitar 265 miliar euro setiap tahun.

Handojo (2008:6) menjelaskan bahwa anak autis termasuk anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan perilakunya, antara lain perilaku wicara dan okupasi mereka tidak berkembang seperti anak normal. Padahal kedua jenis perilaku ini penting untuk komunikasi dan sosialisasi.

Anak-anak yang menderita autisme tampil seolah-olah mereka terbelenggu oleh pikiran mereka sendiri, sebab mereka tidak dapat mempelajari bahasa, atau keterampilan sosial yang dibutuhkan lingkungannya. Anak-anak ini tidak memperlihatkan kegembiraan atau kespontanan yang biasanya tampak pada anak-anak normal. Dan mereka sering memperlihatkan secara ekstrim hentakan keinginan, kemarahan dan rasa takut yang berlebihan. Autisme telah menjadi permasalahan kesehatan mental yang patut diberikan perhatian lebih. Dari Penelitian Center for Disease Control (CDC) di Amerika Serikat 2008, perbandingan autisme pada anak umur 8 tahun yang terdiagnosa adalah 1:80. Di Asia, penelitian Hongkong Study 2008 melaporkan tingkat kejadian autisme dengan prevalensi 1,68 per 1000 untuk anak di bawah 15 tahun. Sedangkan berdasarkan laporan UNESCO 2011

tercatat 35 juta orang penyandang autisme di seluruh dunia. Ini berarti rata-rata 6 dari 1000 orang di dunia menderita autisme.

Data dari Direktur Jenderal Bina Upaya Kesehatan Kementerian Kesehatan pada tahun 2013, di Indonesia saat ini belum ada penelitian khusus yang dapat menyajikan data anak autisme. Bila diasumsikan dengan prevalensi autisme pada anak di Hongkong, berdasarkan data Badan Pusat Statistik jumlah anak usia 5 hingga 19 tahun di Indonesia mencapai 66.000.805 jiwa, maka diperkirakan terdapat lebih dari 112 ribu anak penyandang autisme.

Berdasarkan fakta tersebut, kini di Indonesia mulai banyak bermunculan sekolah dan klinik yang memperhatikan tumbuh kembang anak-anak berkebutuhan khusus. Salah satu klinik yang memperhatikan anak-anak berkebutuhan tersebut adalah klinik Keanna Center.

Hasil wawancara dengan bagian administrasi klinik Keanna Center, diketahui bahwa klinik Keanna Center sudah 16 tahun menjadi pusat terapi. Klinik Keanna Center menyediakan 4 jenis pelayanan terapi yaitu : Terapi Okupasi (dengan metode *Integration* dan *Fine Motoric Skills*), Terapi Fisioterapi, Hidroterapi, dan Terapi Wicara. Setiap terapis menerapi anak autis sejumlah 7-8 anak autis per harinya, selama 1-2 jam sesuai dengan kondisi anak. Terapis melakukan kegiatan terapinya mulai pukul 08.00 sampai pukul 17.00. Keempat jenis pelayanan di Klinik Keanna Center tersebut dilakukan oleh terapis lulusan diploma 3 Okupasi Terapis dan Terapis Wicara serta lulusan sarjana Fisioterapis. Ketiga terapis tersebut bekerja sesuai dengan kompetensinya masing-masing.

Sebelum mulai bekerja, setiap terapis menyiapkan alat dan bahan untuk terapi sesuai dengan kebutuhan anak didiknya. Hal utama yang perlu dilakukan adalah mematikan handphone atau tidak membawanya ke ruang terapi, karena akan mengganggu kestabilan emosi anak. Selesai terapi, terapis harus segera mencatat bagaimana perkembangan anak yang diterapinya pada hari itu, sementara anak didiknya yang lain telah menunggu untuk

menjalani proses terapi. Hal tersebut mengakibatkan tidak efektifnya proses terapi anak didik selanjutnya.

Hal ini yang merupakan salah satu faktor penyebab stress pada terapis di tempat kerja, karena selain menghadapi anak didiknya dengan berbagai tingkah laku (para terapis juga tidak jarang harus mengalami cedera dikarenakan kemarahan, kesedihan atau ketakutan anak autis yang berlebihan seperti : bekas cubitan, gigitan, dipukul oleh mereka bahkan berulang kali mengganti kacamata), mereka juga mengalami stres ketika metode untuk anak didiknya tidak berhasil dan jumlah anak didik yang terlalu banyak setiap harinya yang tidak sebanding dengan jumlah terapis yang ada di klinik Keanna Center.

2. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa stress kerja adalah salah satu hal penting yang harus diperhatikan karena dapat menghambat tingkat produktivitas kinerja terapis. Mengingat di klinik tersebut belum pernah dilakukan penelitian mengenai stress kerja, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan stres

kerja pada terapis anak autisme di klinik Keanna Center Cilandak.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional (pengukuran variabel bebas dan variabel terikat secara bersamaan)

- Variabel Dependen (variabel terikat) : Stress kerja
- Variabel independen (variabel bebas) : Beban kerja, rutinitas kerja, ketaksaan peran, umur, status pernikahan, dengan skala ordinal dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada terapis anak autisme di Klinik Keanna Center Cilandak 2013.

3.1 Tempat & Waktu :

- Tempat** : Klinik Keanna Center, Jl. Raya Cilandak KKO, Jakarta Selatan
- Waktu** : Juli - Agustus 2013

3.2. Populasi Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh karyawan terapis anak autisme dari klinik Keanna Center, yaitu sebanyak 20 terapis tahun 2013.

4. HASIL dan PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian univariat distribusi stres Kerja pada terapis Anak Autisme

Tabel 1.0 Distribusi Frekuensi Stres Kerja Pada Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center 2013

No.	Variabel	Jumlah	Persentase (%)
1	Stress kerja	7	35
2	Tidak stress kerja	13	65

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa tidak semua responden mengalami stres kerja. Sebanyak 7 responden (35%) mengalami stres kerja dan 13 responden (65%) tidak mengalami stres kerja.

b. Hasil Analisis Bivariat

Tabel 2.1. Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center tahun 2013 : Beban Kerja

Beban Kerja	Stres Kerja				Total		OR (95% CI)	P Value
	Mengalami		Tidak mengalami					
	n	%	n	%	n	%		
Berat	7	63,6	4	36,4	11	100	0,364 (0,166-0,795)	0,005
Ringan	0	0	9	100	9	100		
Jumlah	7	35	13	65	20	100		

Tabel 2.2. Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center tahun 2013 : Rutinitas

Rutinitas	Stres Kerja				Total		OR (95% CI)	P Value
	Mengalami		Tidak mengalami					
	n	%	n	%	n	%		
Monoton atau jenuh	7	58,3	5	41,7	12	100	0,417 (0,213-0,814)	0,015
Tidak monoton atau tidak jenuh	0	0	8	100	8	100		
Jumlah	7	35	13	65	20	100		

Tabel 2.3. Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center tahun 2013 : Ketaksan Peran

Ketaksan Peran	Stres Kerja				Total		OR (95% CI)	P Value
	Mengalami		Tidak mengalami					
	N	%	N	%	N	%		
Buruk (jika terapis tidak mengerti dengan tugas pekerjaannya)	7	46,7	8	53,3	15	100	0,533 (0,332-0,856)	0,114
Baik (jika terapis mengerti dengan tugas pekerjaannya)	0	0	5	100	5	100		
Jumlah	7	35	13	65	20	100		

Tabel 2.4. Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center tahun 2013 : Usia

Umur	Stres Kerja				Total		OR (95% CI)	P Value
	Mengalami		Tidak mengalami		N	%		
	N	%	n	%				
Tua jika ≥ 30 tahun	1	25	3	75	4	100	0,556 (0,047-6,629)	1,000
Muda jika < 30 tahun	6	37,5	10	62,5	16	100		
Jumlah	7	35	13	65	20	100		

Tabel 2.0. Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center tahun 2013 : Status Pernikahan

Status Pernikahan	Stres Kerja				Total		OR (95% CI)	P Value
	Mengalami		Tidak mengalami		n	%		
	N	%	N	%				
Belum menikah	2	25	6	75	8	100	0,467 (0,065-3,344)	0,642
Menikah	5	41,7	7	58,3	12	100		
Jumlah	7	35	13	65	20	100		

3.2.1. Hubungan Stres Kerja Terapis Anak Autisme terhadap beban kerja

Dari hasil analisis hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center Tahun 2013 pada tabel 2.a, di peroleh 7 (63,6%) terapis yang memiliki beban kerja berat dan mengalami stress kerja. Sedangkan terapis yang memiliki beban kerja berat dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 4 (36,4%). Terapis yang memiliki beban kerja ringan dan mengalami stress kerja sebanyak 0 (0%) atau tidak ada terapis yang mengalami stress kerja dengan beban kerja ringan. Sedangkan terapis yang memiliki beban ringan dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 9 (100%) terapis. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,005 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak. Sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center.

Berdasarkan penelitian variabel beban kerja terhadap stress kerja di klinik Keanna Center, diketahui adanya hubungan antara kedua variable tersebut. Hal ini terjadi antara lain karena sebagai terapis anak berkebutuhan khusus mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap

peningkatan kemampuan yang dimiliki anak tersebut. Selain itu, terapis mempunyai tugas untuk membuat hasil laporan terapi yang akan diberikan oleh orang tua anak tersebut dan pimpinan klinik untuk didiskusikan bersama.

3.2.2. Hubungan Stres Kerja Terapis Anak Autisme terhadap Rutinitas

Rutinitas kerja yang selalu monoton menimbulkan kebosanan disertai dengan lingkungan kerja yang terbatas membuat pekerja menjadi jenuh (Munandar,2001). Rutinitas sepertinya sudah mendekatkan kita pada suatu aktivitas tertentu, tanpa kita memiliki pilihan-pilihan. Akitivitas yang demikian pada awalnya tidak memiliki efek kejenuhan, namun seiring berjalannya waktu kejenuhan itu pasti akan muncul. Jika kejenuhan itu selalu ada dalam aktivitas yang dilakukan, maka mulai munculah stres ringan.

Berdasarkan penelitian Anissa A (2012) diketahui hasil analisis statistik dengan uji Chi Square dengan memperhatikan koreksi Yates pada variabel rutinitas, diperoleh nilai $X^2 = 6,023$ dan p value = 0,006 ($p < 0,05$), sehingga secara statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang

bermakna dari rutinitas pekerjaan dengan stres kerja pada pekerja area manufacturing PT. X Semarang. Pada pengamatan lapangan yang dilakukan, pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja terlihat bersifat monoton dimana pekerja bekerja dalam tugas yang sama dalam setiap harinya.

Dari hasil analisis hubungan antara Rutinitas dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center pada tabel 5.8, di peroleh bahwa sebanyak 7 (58,3%) terapis yang melakukan rutinitas secara monoton atau berulang-ulang dan mengalami stress kerja. Sedangkan terapis yang melakukan rutinitas secara monoton atau berulang-ulang dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 5 (41,7%) terapis. Terapis yang melakukan rutinitas secara tidak monoton dan mengalami stress kerja sebanyak 0 (0%) atau tidak ada terapis yang seperti itu. Sedangkan terapis yang melakukan rutinitas secara tidak monoton dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 8 (100%). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,015 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak. Sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara Rutinitas dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center.

Berdasarkan penelitian variabel rutinitas terhadap stress kerja di klinik Keanna Center, diketahui adanya hubungan antara kedua variabel tersebut. Hal ini terjadi antara lain karena terapis melakukan pengulangan terapi kepada anak autisme berdasarkan pada aktifitas, program dan monotonnya media serta alat pembelajaran. Selama proses terapi tentunya terapis bertemu dengan anak-anak autisme yang sama namun tingkah laku mereka berbeda-beda, tingkah laku anak tersebut seperti menangis dengan waktu yang cukup lama, berteriak-teriak, menolak instruksi yang diberikan terapis, menggigit dan tidak mau melakukan aktifitas apa pun. Hal tersebut membuat terapis jenuh dengan pekerjaannya.

3.2.3. Hubungan Stres Kerja Terapis Anak Autisme terhadap Ketaksaan Peran

Ketaksaan peran dirasakan jika seorang tenaga kerja tidak memiliki cukup informasi untuk dapat melaksanakan tugasnya, atau tidak mengerti atau

merealisasi harapan-harapan yang berkaitan dengan peran tertentu. Kenyataan seperti ini mungkin banyak dialami pekerja di Indonesia, dimana perusahaan atau organisasi tidak punya garis-garis haluan yang jelas, aturan main, visi dan misi yang seringkali tidak dikomunikasikan pada seluruh karyawannya. Akibatnya, sering muncul rasa ketidakpuasan kerja, ketegangan, menurunnya prestasi hingga akhirnya timbul keinginan untuk meninggalkan pekerjaan (Munandar, 2001).

Menurut penelitian Rinda Ismar (2011), Ketaksaan peran menempati urutan kelima stresor responden yang memiliki tingkat stres sedang sampai tinggi (72,6 %). Agen dituntut untuk berbicara dengan nasabah melalui telepon dan mengoperasikan komputer pada saat yang bersamaan. Sebelumnya agen telah mendapatkan pelatihan awal mengenai pemahaman produk dan cara menghadapi nasabah, serta cara penggunaan headset dan program computer, namun tidak menutup kemungkinan bahwa masih terdapat ketidakjelasan mengenai sasaran kerja, kesamaran tanggung jawab dan mengenai apa yang diharapkan oleh orang lain, dan kurang feedback atau ketidakpastian tentang performa kerja.

Dari hasil analisis hubungan antara Ketaksaan Peran dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center pada tabel 5.9, di peroleh bahwa sebanyak 7 (46,7%) terapis yang tidak mengerti dengan tugas pekerjaannya dan mengalami stress kerja. Sedangkan terapis yang tidak mengerti dengan tugas pekerjaannya dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 8 (53,3%) terapis. Terapis yang mengerti dengan tugas pekerjaannya dan mengalami stress kerja sebanyak 0 (0%) terapis atau tidak ada. Sedangkan terapis yang mengerti dengan tugas pekerjaannya dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 5 (100%). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,114 artinya $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 diterima. Sehingga dapat dikatakan tidak ada hubungan antara Ketaksaan Peran dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center.

3.2.4. Hubungan Stres Kerja Terapis Anak Autisme terhadap Umur

Usia berhubungan dengan toleransi seseorang terhadap stres dan jenis stressor yang paling mengganggu. Sebagian besar penelitian mengenai hubungan umur dengan stres kerja membuktikan bahwa semakin tua umur seorang pekerja maka akan semakin rendah kemungkinan menderita stres kerja. Pekerja dengan umur yang lebih tua cenderung mempunyai kondisi kesehatan mental yang lebih baik dibanding pekerja dengan usia yang lebih muda. (Azizah Musliha Fitri, 2013)

Pekerja dengan usia lebih tua akan semakin mampu menunjukkan kematangan jiwa, dalam arti semakin bijaksana, semakin mampu berfikir rasional, semakin mampu mengendalikan emosi, semakin toleran terhadap pandangan dan perilaku yang berbeda dirinya dan semakin dapat menunjukkan intelektual dan psikologisnya (Gatot dan Adisasmito, 2005)

Berdasarkan penelitian Anissa Apsari (2012), hasil analisis statistik dengan uji Chi Square diperoleh nilai $X^2 = 0,273$ dan $p \text{ value} = 0,601$ ($p > 0,05$), sehingga secara statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan stres kerja pada pekerja area manufacturing PT. X Semarang. Hasil distribusi frekuensi bahwa 80% pekerja memiliki usia lebih dari 30 tahun, dalam beberapa penelitian biasanya seseorang yang telah memasuki usia dewasa dapat menunjukkan pengalaman dan pemahaman bekerja yang lebih banyak sehingga akan lebih baik dalam mengerjakan pekerjaannya.

Berdasarkan penelitian Sartika (2013), diperoleh pekerja yang berada pada kelompok umur dengan kategori muda yaitu sebanyak 65 orang, sedangkan responden yang paling sedikit adalah responden yang umur dengan kategori tua yaitu sebanyak 10 orang. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa lebih banyak pekerja yang berumur muda (< 50 tahun) yang mengalami stress berat yaitu sebanyak 35 orang (53,8%) dibandingkan dengan responden yang berumur tua yaitu sebanyak 5 orang (5,3%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan

antara umur dengan kejadian stres kerja pada pedagang tradisional pasar daya Kota Makassar.

Dari hasil analisis hubungan antara Umur dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center pada tabel 5.10, diperoleh sebanyak 1 (25%) terapis yang memiliki umur ≥ 30 tahun atau tua yang mengalami stress kerja. Sedangkan terapis yang memiliki umur ≥ 30 tahun atau tua dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 3 (75%). Terapis yang memiliki umur < 30 tahun atau muda dan mengalami stress kerja sebanyak 6 (37,5) dan yang tidak mengalami stress kerja sebanyak 10 (62,5%). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p \text{ value} = 1,000$ artinya $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 diterima. Sehingga dapat dikatakan tidak ada hubungan antara Umur dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center.

3.2.5. Hubungan Stres Kerja Terapis Anak Autisme terhadap Status Pernikahan

Status pernikahan dapat pula berpengaruh terhadap pekerjaan. Menurut John M. Ivancevich (dalam Erlangga 2007), pekerja yang tidak menikah lebih mungkin terjadi stress kerja dari pada pekerja yang menikah. Hubungan pernikahan yang baik membantu pekerja untuk mencegah atau mengurangi stress kerja. Berdasarkan hasil penelitian Anissa Apsari (2012), analisis statistik dengan uji Chi Square pada variabel status perkawinan, diperoleh nilai $X^2 = 0,010$ dan $p \text{ value} = 0,921$ ($p > 0,05$), sehingga secara statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status perkawinan dengan stres kerja pada pekerja area manufacturing PT. X Semarang. Adanya dukungan yang kuat dari keluarga adalah faktor utama dari tidak adanya hubungan status perkawinan dengan stres kerja dalam penelitian ini. Hasil wawancara pada beberapa pekerja, penghasilan dari bekerja sebenarnya kurang mencukupi kebutuhan keluarga, namun, kesejahteraan untuk keluarga yang diterima oleh pekerja di PT. X Semarang masih lebih baik dibandingkan dengan beberapa perusahaan lainnya.

Dari hasil analisis hubungan antara Status Pernikahan dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center pada tabel 5.11, diperoleh bahwa sebanyak 2 (25%) terapis yang

memiliki status pernikahan belum menikah dan mengalami stress kerja. Sedangkan terapis yang memiliki status pernikahan belum menikah dan tidak mengalami stres kerja sebanyak 6 (75%). Terapis yang memiliki status pernikahan menikah dan mengalami stress kerja sebanyak 5 (41,7%). Sedangkan terapis yang memiliki status pernikahan menikah dan tidak mengalami stress kerja sebanyak 7 (58,3%). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,642 artinya $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 diterima. Sehingga dapat dikatakan tidak ada hubungan antara Status pernikahan dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center.

Menurut Handy (Appelbaum, 1981) menyatakan bila seorang pekerja mendapatkan dukungan dalam karir dari isteri maka ia akan mendapatkan kepuasan kerja, begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu hubungan pernikahan yang baik membantu pekerja untuk mencegah atau mengurangi stress kerja. Hasil yang didapatkan dari tahap analisis bivariat ini memang tidak sesuai dengan teori yang telah diungkapkan bahwa status pernikahan mempengaruhi stress kerja. Hal ini dikarenakan kemungkinan besar jumlah pegawai yang belum menikah cukup banyak mencapai 66,7% dan pegawai telah beradaptasi dengan lingkungan kerja sekitarnya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 20 Responden di Klinik Keanna Center, Cilandak Jakarta Selatan Tahun 2013 dapat disimpulkan bahwa :

1. Terapis yang mengalami stress kerja sebanyak 7 (35%) dan 13 terapis (65%) tidak mengalami stres kerja.
2. Distribusi faktor beban kerja, rutinitas, ketaksaan peran, umur dan status pernikahan dari hasil univariat sebagai berikut :
 - a. Terapis yang memiliki beban kerja berat sebanyak 11 orang (55%) dan yang memiliki beban kerja ringan sebanyak 9 orang (45%).
 - b. Terapis yang memiliki rutinitas monoton atau jenuh sebanyak 12 orang

(60%) dan yang tidak memiliki rutinitas monoton atau tidak jenuh sebanyak 8 orang (40%).

- c. Terapis yang memiliki ketaksaan peran yang baik sebanyak 5 orang (25%) dan yang memiliki ketaksaan peran yang buruk sebanyak 15 orang (75%).
 - d. Terapis yang memiliki umur ≥ 30 tahun atau tua sebanyak 4 orang (20%) dan yang memiliki umur < 30 tahun atau muda sebanyak 16 orang (80%).
 - e. Terapis yang memiliki status pernikahan belum menikah sebanyak 8 orang (40%) dan yang memiliki status pernikahan menikah sebanyak 12 orang (60%).
3. Hubungan antara beban kerja, rutinitas, ketaksaan peran, umur dan status pernikahan dari hasil bivariat antara lain :
 - a. Ada hubungan yang bermakna antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center. P value = 0,005, OR=0,364.
 - b. Ada hubungan yang bermakna antara Rutinitas dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center. P value = 0,015, OR=0,417.
 - c. Tidak ada hubungan yang bermakna antara Ketaksaan Peran dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center. P value = 0,114.
 - d. Tidak ada hubungan yang bermakna antara Umur dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center. P value = 1,000.
 - e. Tidak ada hubungan yang bermakna antara Status Pernikahan dengan Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Klinik Keanna Center. P value = 0,642.

4.2 Saran

Pengusaha klinik atau atasan harus melakukan penilaian atas tempat kerja untuk mengetahui resiko stress. Mereka harus mengidentifikasi tekanan-tekanan dalam pekerjaan yang dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi dan berkepanjangan, dan siapa saja yang mungkin mengalami tekanan tersebut. Kemudian, menentukan langkah-langkah apa

yang bisa dilakukan untuk mencegah tekanan-tekanan tersebut menjadi *stressor* negatif. Berikut ini adalah beberapa cara yang dapat dilakukan oleh pengusaha atau atasan untuk menangani stress kerja :

1. Perlakukan semua karyawan secara adil dan terhormat.
2. Tangani stress secara serius dan pahami karyawan yang berada di bawah terlalu banyak tekanan.
3. Sediakan program-program kesehatan dan kebugaran yang terkait langsung dengan sumber stress. Lakukan survey pada karyawan dan mintalah mereka agar membantu identifikasi penyebab stress yang sesungguhnya.
4. Pastikan karyawan mendapatkan pelatihan, keterampilan, dan sumber daya yang mereka perlukan.
5. Rancang pekerjaan yang memberikan beban kerja yang seimbang. Berikan peluang kepada karyawan untuk sebanyak mungkin mengendalikan tugas-tugas.
6. Saling menghormati antar karyawan dan atasan.

Untuk Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus

Memang tidak mudah bagi orang tua untuk membesarkan anak dengan autisme. Sewaktu-waktu bisa saja orang tua mengalami kegoyahan mental dalam menghadapi kondisi

buah hatinya. Lelah, stress, bahkan depresi merupakan hal-hal yang sering dialami. Saran untuk orang tua yang memiliki anak kebutuhan khusus agar tidak mengalami stress saat menghadapi perilaku sehari-hari mereka yaitu, selalu mengingat dan berdoa kepada Tuhan, berkonsultasi dengan psikolog dan dokter, minum obat dan vitamin yang diperlukan, terutama orang tua yang memiliki penyakit seperti darah tinggi dan diabetes. Kemudian, makan makanan yang bergizi, istirahat yang cukup, mengalihkan stress dengan hobi, rekreasi, meditasi, dan bercerita kepada orang yang terdekat. Selain itu, apabila orang tua membawa anaknya ke klinik untuk melakukan terapi, sebaiknya orang tua percaya kepada terapis dan tidak menuntut kemajuan yang lebih terhadap kondisi anak. Serta bekerjasama dengan terapis untuk melakukan tugas yang diberikannya untuk dilakukan di rumah

Untuk Terapis klinik Keanna Center

1. Hendaknya belajar mengatur jam kerja agar lebih efisien.
2. Menjalin komunikasi dengan baik dengan atasan, rekan kerja dan orangtua.
3. Bersikap professional saat melakukan proses terapi dengan anak-anak autisme.
4. Melakukan tehnik relaksasi sebelum melakukan proses terapi jika kondisi dirinya kurang baik.

Daftar Pustaka

- Buku Pedoman Menpan 2004. Pedoman perhitungan kebutuhan pegawai berdasarkan beban Kerja Dalam rangka penyusunan Formasi PNS Jakarta.
- Handoko, TH. TH 2000. Manajemen Personalia dan Sumber daya Manusia. Yogyakarta : BPFE
- Handojo y. 2003. Autisma : Petunjuk Praktis & Pedoman Materi Untuk mengajar Anal Normal, Autis & Perilaku Lain, PT. Bhuana Ilmu Populer, Jakarta.
- Ivabceovich J.M, 20011. Perilaku dan Manajemen Organisasi. Jakarta : Erlangga
- Ismar, rinda.2001. Sters Kerja dan berbagai Faktor yang berhubungan pada pekerja call Center PT. "X" di Jakarta, jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia , Jakarta Mangkunegara. AP.2007. Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Munandar,SA. 2001. Psikologi Industri dan Organisasi, Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press), Jakarta.
- National Safety Council, 2004. Manajemen Stress. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo. Soekidjo.2012. Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Zainiyah, AA. 2012. Faktor-faktor Yang erhubungan dengan Stress Kerja Kerja pada Pekerja Area Manufacturing Di PT. X

Semarang, Jurnal Fakultas Kesehatan;
UNDIP.

http://bfec.kenyon.edu/healthy_kenyon/stress_p_symptoms.pdf. diakses pada tanggal 3 Agustus 2013 melalui situs Brown family environmental center at Kenyon collage.

<http://depkes.com/>, diakses pada tanggal 26 Agustus 2013.

<http://repository.unhas.ac.id>, diakses pada tanggal 26 Agustus 2013