

Hubungan Karakteristik Individu dan Komunikasi Interpersonal dengan Stres Kerja pada Petugas Penjagaan (Sipir) di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang

Benedicta Sonya Ajeng Lestari, Ida Wahyuni, Ekawati
Bagian Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Diponegoro
Email: benesonya@yahoo.com

Abstract : *Each profession has a different pressure in the work , which in turn creates a level of job stress itself. One profession that can lead to job stress is guarding officer (warden) Women's prison in prisons . Warden on duty to maintain and foster the offenders the amount that should have been 186 but overall there are 269 inmates were prisoners and detainees is a woman with the characteristics (age and time served) and different properties , thus allowing the emergence of job stress on the warden .The purpose of this research is to know the relation of characteristics of individual and interpersonal communication with work stres on the warden at correctional institutions (Lapas) Klas IIA Women Semarang.This research was an explanatory research used cross sectional approach. The sample in this study were 30 warders. Chi Square was used to analyse the data. The results was used fisher's exact test, there was a significant relationship between age with work stress (p-value = 0,003), there was a significant relationship between gender with work stress (p-value = 0,025), there was a significant relationship between wroking period with work stress (p-value = 0,002). However, there was no significant relationship between interpersonal communication with work stress (p-value=1,000). It is recommended that the lapas should have a fitness program (sports such as morning exercise) minimal regular basis once a week is required for the guards.*

Keywords : *Work Stress, Age, Gender, Working Period, Interpersonal Communication*

PENDAHULUAN

Latar belakang

Dalam kehidupan modern yang makin kompleks, manusia akan cenderung mengalami stres apabila ia kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan-kenyataan yang ada, baik kenyataan yang ada di dalam maupun diluar dirinya. Segala macam bentuk stres pada dasarnya disebabkan oleh kekurangmengertian manusia akan keterbatasan-keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasannya inilah yang akan menimbulkan tekanan-tekanan yang akan menimbulkan

frustasi, konflik, gelisah, dan rasa cemas yang merupakan gejala-gejala stres.¹

Persaingan dan tuntutan profesionalitas yang semakin tinggi menimbulkan tekanan-tekanan yang harus dihadapi individu dalam lingkungan kerja. Tekanan yang timbul dan berlangsung terus menerus berpotensi menimbulkan stres bagi pekerja. Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang, misalnya obyek-obyek dalam lingkungan atau suatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya.¹

Setiap profesi memiliki tekanan yang berbeda yang pada akhirnya menciptakan tingkat stres kerja tersendiri. Penelitian-

penelitian sebelumnya menguatkan argumen yang menyatakan bahwa stres kerja akan berbeda-beda di tiap profesi. Stres karyawan di perusahaan tembakau tercipta karena faktor-faktor seperti kebijakan organisasi, struktur organisasi, proses organisasi dan lingkungan kerja. Sementara para sales mengalami stres kerja karena desain pekerjaan yang memaksa mereka.

Berdasarkan Pasal 5 ayat (1) dan Pasal 20 ayat (1) UUD 1945, Pemerintah membentuk Undang-Undang No 12 Tahun 1995 tentang Pemasarakatan yang mendasari tugas dan fungsi dari lembaga. Lembaga Pemasarakatan (Lapas) merupakan suatu instansi yang memiliki tujuan membentuk warga binaan pemsarakatan agar menjadi manusia seutuhnya, menyadari kesalahan, memperbaiki diri dan tidak mengulangi tindakan sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan dan hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab. Tujuan dari pembinaan yang dilakukan oleh Lembaga Pemasarakatan adalah agar narapidana tidak mengulangi lagi perbuatannya dan bisa menemukan kembali kepercayaan dirinya serta dapat diterima menjadi bagian dari anggota masyarakat. Selain itu pembinaan juga dilakukan terhadap pribadi dari narapidana itu sendiri. Tujuannya agar narapidana mampu mengenal dirinya sendiri dan memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi. Untuk mewujudkan hal tersebut maka petugas lapas harus dapat melaksanakan tugas pokok dan fungsinya secara optimal.²

Seperti pekerjaan lain pada umumnya, petugas di lembaga pemsarakatan dan rumah tahanan juga memiliki faktor-faktor penyebab serta sumber dan tingkat stres tertentu. Berdasarkan survei awal pada 6 sipir (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang kisaran umur 23 tahun 45 tahun dengan jenis kelamin perempuan dan masa kerja < 5 tahun mengalami gejala stres kerja diantaranya jantung berdebar, nyeri otot, mudah lelah, pekerjaan monoton, dan sering mengalami kebosanan. Berdasarkan survei awal pula terdapat 2 dari 6 sipir yang mengeluhkan terkait komunikasi interpersonal yaitu ketidaknyamanan dengan sipir lainnya.

Adapula yang mengeluhkan bahwa semat terjadi pertengkaran antara sipir dengan narapidana dikarenakan narapidana sering kali berulah dengan narapidana lainnya sehingga timbul konflik antar narapidana yang menuntut para sipir untuk meleraikan pertengkaran dan menyelesaikan konflik tersebut, karena hampir setiap malam terjadi konflik sehingga memicu timbulnya stres kerja pada sipir. Menurut salah satu petugas poli kesehatan yang ada di (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang menyebutkan terdapat beberapa keluhan dari para pegawai Lapas Klas IIA Wanita Semarang maupun para sipir diantaranya sulit untuk tidur, terdapat masalah keluarga sehingga membuat emosi tinggi dan menyebabkan tensi tinggi.

Berkaitan dengan hal ini, maka penulis tertarik untuk mengetahui mengenai Hubungan Karakteristik Individu dan Komunikasi Interpersonal dengan Stres Kerja pada Petugas Penjagaan (Sipir) di Lembaga Pemasarakatan (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang.

Adapun tujuan umum penelitian ini adalah menganalisis Hubungan Karakteristik Individu dan Komunikasi Interpersonal dengan Stres Kerja pada Petugas Penjagaan (Sipir) di Lembaga Pemasarakatan (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang.

TINJAUAN PUSTAKA

Stres Kerja

Stres kerja suatu proses yang kompleks, bervariasi, dan dinamis dimana stressor, pandangan tentang stres itu sendiri, respon singkat, dampak kesehatan, dan variabel-variabelnya saling berkaitan. Selye menyatakan bahwa stres kerja dapat diartikan sebagai sumber atau stressor kerja yang menyebabkan reaksi individu berupa reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku. Selain itu definisi stres kerja dari salah satu ahli adalah suatu keadaan yang bersifat internal, yang bisa disebabkan oleh tuntutan fisik, atau lingkungan, dan situasi sosial yang berpotensi merusak dan tidak terkontrol. juga mengatakan bahwa stres kerja juga didefinisikan sebagai tanggapan atau proses internal atau eksternal yang mencapai tingkat ketegangan fisik dan psikologis sampai pada batas atau melebihi batas kemampuan pegawai.³

Stres kerja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor individu mempunyai peran dalam mempengaruhi stres kerja. Dalam faktor individu, kepribadian seseorang lebih berpengaruh terhadap terjadinya stres kerja. Selain itu faktor demografi misalnya umur, jenis kelamin, dan masa kerja juga dapat mempengaruhi terjadinya stres kerja.⁴

Ada pula faktor lain yang dapat menimbulkan terjadinya stres kerja yaitu faktor lingkungan luar pekerjaan yang meliputi isu-isu tentang keluarga, krisis kehidupan, kesulitan keuangan, keyakinan-keyakinan pribadi dan organisasi yang bertentangan, konflik antara tuntutan keluarga dan tuntutan perusahaan, semuanya dapat merupakan tekanan pada individu dalam pekerjaannya, sebagaimana stres dalam pekerjaan mempunyai dampak yang negatif pada kehidupan keluarga dan pribadi.⁵

Dampak stres kerja sangat luas dalam hidup kita. Stres bisa mengakibatkan psikis dan psikologis, masalah ditempat kerja, gangguan dalam keluarga dan kehidupan sosial dan kenacduan.⁶

Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dengan komunikan yang sangat efektif dalam hal upaya mengubah sikap, pendapat dan perilaku seseorang karena sifatnya dialogis berupa percakapan dengan arus balik yang bersifat langsung dimana komunikator mengetahui tanggapan komunikan pada saat komunikasi dilakukan.⁷

Komunikasi Interpersonal memiliki beberapa tujuan baik disadari atau tidak, tujuan tersebut ialah menemukan diri sendiri, menemukan dunia luar, membentuk dan menjaga hubungan penuh arti, berubah sikap dan tingkah laku. Komunikasi dapat dikatakan efektif apabila didalam komunikasi tersebut terdapat 3 aspek yang meliputi aspek keterbukaan, aspek empati, dan aspek perilaku sportif.⁸

Petugas Penjagaan (Sipir) Penjara

Sipir merupakan seseorang yang diberikan tugas dengan tanggung jawab pengawasan,

keamanan, dan keselamatan narapidana di penjara. Petugas tersebut bertanggung jawab untuk pemeliharaan, pembinaan, dan pengendalian seseorang yang telah ditangkap dan sedang menunggu pengadilan ketika dijabarkan maupun yang telah didakwa melakukan tindak kejahatan dan dijatuhi hukuman dalam masa tertentu suatu penjara. Sebagian besar petugas bekerja pada pemerintahan negara tempat mereka mengabdikan, meskipun ada pada negara-negara tertentu, sipir bekerja pada perusahaan swasta.

Di Indonesia, sipir disebut dengan Petugas Pemasyarakatan yang bertanggung jawab melakukan pembinaan terhadap narapidana atau tahanan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) maupun di Rumah Tahanan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian yang bersifat deskriptif-kuantitatif. Dengan pendekatan cross sectional.

Populasi dalam penelitian ini adalah Petugas Penjagaan (Sipir) sebanyak 30 orang sipir. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan populasi total sebanyak 30 orang sipir. Teknik pengumpulan data ialah menggunakan angket *Life event scale* untuk mengukur tingkat stres kerja dan angket komunikasi interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Umur Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Dewasa Awal (≤ 30 tahun)	9	30.0
Dewasa Matang (> 30 tahun)	21	70.0
Total	30	100.0

Komunikasi Interpersonal	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik ($\leq 10,00$)	16	53.3
Baik ($> 10,00$)	14	46.7
Total	30	100.0

Tabel 1. menunjukkan bahwa umur sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang umur lebih dari 30 tahun 70,0 %.

b. Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Tabel 2. menunjukkan bahwa 56,7 % sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang adalah perempuan Sebesar 43, 3% Lapas Klas IIA Wanita Semarang adalah laki-laki.

Stres Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Stres Berat	18	60.0
Stres Ringan	12	40.0
Total	30	100.0

tahun)		
Lama (> 5 tahun)	18	60.0
Total	30	100.0

c. Masa Kerja

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Masa Kerja Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Tabel 3. menunjukkan bahwa masa kerja sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang sebagian besar adalah tergolong sudah lama, yaitu ditunjukkan dari persentase sebesar 60,0 %.

2. Komunikasi Interpersonal

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Komunikasi Interpersonal pada Sipir Lapas

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	17	56.7
Laki-laki	13	43.3
Total	30	100.0

Klas IIA Wanita Semarang.

Tabel 4. menunjukan bahwa komunikasi interpersonal sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang sebesar 46,7 % komunikasi interpersonal berjalan dengan baik. 53,3 % komunikasi interpersonal berjalan kurang baik.

3. Stres Kerja

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Stres Kerja pada Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa stres kerja Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang sebagian besar adalah tergolong stres kerja berat yaitu ditunjukkan dari persentase sebesar 60,0 % sedangkan 40.0% lainnya memiliki tingkat stres kerja ringan.

Analisis Bivariat

1. Hubungan Umur dengan Stres Kerja

Tabel 6. Tabulasi Silang antara Umur dengan Stres Kerja pada Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Tabel 6. menunjukkan bahwa responden yaitu 100 % pada dewasa awal (≤ 30 tahun) tergolong mengalami stres kerja berat, sedangkan responden pada umur dewasa matang (> 30 tahun) 38,1 % mengalami stres kerja berat.

Hasil analisis statistik dengan uji *chi square* dengan menggunakan *fisher's exact test* pada variabel umur diperoleh *p value* = 0,003 sehingga secara statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara karakteristik umur dengan stres kerja pada sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Menurut penelitian sebelumnya, didapatkan bahwa adanya hubungan umur dengan stres kerja terutama pada umur kategori dewasa awal. Karena pada umur dewasa awal seseorang membutuhkan penyesuaian diri di lingkungan kerjanya sehingga pada umur dewasa awal ini memungkinkan timbul stres kerja karena pada umur ini belum paham dalam menghadapi *stressor* dalam lingkungan kerjanya.⁹

2. Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja

Tabel 7. Tabulasi silang antara Jenis Kelamin dengan Stres Kerja pada Sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

No	Jenis Kelamin	Stres Kerja				Total	
		Stres Berat		Stres Ringan			
		F	%	F	%	F	%
1.	Perempuan	13	76,5	4	23,5	17	100,0
2.	Laki-laki	4	30,8	9	69,2	13	100,0
Total		18		12		30	

Berdasarkan tabel 7. dapat diketahui bahwa responden perempuan 76,5 % tergolong mengalami stres kerja berat,

No	Umur	Stres Kerja				Total	
		Stres Berat		Stres Ringan			
		F	%	F	%	F	%
1.	Dewasa Awal (≤ 30 tahun)	9	100,0	0	0,0	9	100,0
2.	Dewasa Matang (> 30 tahun)	8	38,1	13	61,9	21	100,0
Total		18		12		30	

sedangkan 30,8 % responden laki-laki tergolong mengalami stres kerja berat.

Hasil analisis statistik uji *chi square* dengan menggunakan *fisher's exact test* pada variabel jenis kelamin diperoleh *p value* = 0,025 sehingga secara statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan stres kerja pada sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Tuntutan peran ganda umumnya dimiliki seorang perempuan, dimana perempuan memiliki dua peran yaitu menjadi wanita karir dan ibu rumah tangga, sehingga dapat memicu timbulnya stres kerja.

3. Hubungan Masa Kerja dengan Stres Kerja

Tabel 8. Tabulasi Silang antara Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Sipir di Lapas Klas IIA Wanita Semarang

No	Masa Kerja	Stres Kerja				Total	
		Stres Berat		Stres Ringan			
		F	%	F	%	F	%
1.	Baru (≤ 5 tahun)	11	91,7	1	8,3	12	100,0
2.	Lama (> 5 tahun)	6	33,3	12	66,7	18	100,0
Total		18		12		30	

Berdasarkan tabel 8. menunjukkan bahwa 11 sipir dengan masa kerja baru yaitu

sebanyak 91,7 % mengalami stres kerja berat. Sedangkan responden pada masa kerja lama yaitu 33,3 % tergolong mengalami stres kerja berat.

Hubungan antara masa kerja dengan stres kerja diuji dengan uji *chi square* dan menggunakan *fisher's exact test* diperoleh *p-value* sebesar 0,002 ($< 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja pada sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Hasil penelitian ini didukung oleh adanya keluhan bahwa sipir dengan masa kerja baru cenderung mengalami stres kerja dikarenakan benturan jadwal kerja dengan jadwal perkuliahan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam bekerjanya terlebih lagi masa sehingga memungkinkan terjadinya stres kerja. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya terkait faktor-faktor penyebab stres kerja pada karyawan bank yang mengatakan bahwa adanya hubungan antara masa kerja dengan stres kerja, hal ini disebabkan oleh pengalaman kerja yang masih belum cukup untuk menghadapi tekanan-tekanan yang ada dalam pekerjaannya dalam upaya pencegahan *stressor* sehingga memungkinkan timbulnya stres kerja pada masa kerja baru.¹⁰

4. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Stres Kerja

Tabel 9. Tabulasi Silang antara Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Sipir di Lapas Klas IIA Wanita Semarang

No	Komunikasi Interpersonal	Stres Kerja				Total	
		Stres Berat		Stres Ringan		F	%
		F	%	F	%		
1.	Kurang Baik ($\leq 10,00$)	7	43,8	9	56,2	13	100,0
2.	Baik ($> 10,00$)	10	71,4	4	28,6	17	100,0
Total		18		12		30	

Berdasarkan Tabel 9. dapat diketahui bahwa 43,8 % pada aspek komunikasi interpersonal kurang baik mengalami stres kerja berat, sedangkan 71,4 % responden pada komunikasi interpersonal baik tergolong mengalami stres berat.

Hasil analisis statistik dengan uji *chi square* dengan menggunakan *fisher's exact test* pada variabel komunikasi interpersonal diperoleh *p value* = 0,159 secara statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara komunikasi interpersonal dengan stres kerja pada sipir Lapas Klas IIA Wanita Semarang.

Komunikasi interpersonal pada perawat dalam sebuah penelitian menjelaskan sebagai kondisi yang dirasa tidak menyenangkan dari interaksi perawat dengan pekerjaannya yang dapat menyebabkan ketegangan lingkungan kerja yang meliputi aspek fisiologis, psikologis, dan perilaku di tempat kerja, sehingga dapat memicu tingkat stres kerja.³⁸ Komunikasi interpersonal pada penelitian ini dijelaskan sebagai kemampuan dalam proses komunikasi sipir dengan atasan, rekan kerja, dan narapidana atau tahanan dimana terjadi umpan balik yang bertujuan meningkatkan efektivitas pribadi dan efektivitas antar pribadi yang ditandai dengan adanya aspek yang dimiliki komunikasi itu sendiri.¹¹

Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan stres kerja bersifat negatif. Terbukti dalam hasil penelitian yang dilakukan dikatakan bahwa komunikasi interpersonal yang terjalin baik maka dapat memungkinkan timbulnya stres kerja berat, dimana komunikasi yang dilakukan oleh sipir satu dengan yang lain sudah terjalin dengan baik terkait 3 aspek dalam komunikasi tetapi disalah mengerti oleh sipir yang mendengarkan atau sipir yang menjadi lawan bicara yang kemudian memungkinkan timbulnya rasa cemas dan

gelisah bila berbicara dengan lawan bicara tersebut sehingga memungkinkan timbulnya stres kerja berat. Tetapi, terkadang sipir yang mengalami komunikasi yang kurang efektif dalam pekerjaannya akan cenderung besikap positif dan negatif, seperti merasa cemas, acuh tak acuh, terkadang peduli, terkadang merasa empati yang kelima sifat tersebut termasuk gejala-gejala yang dapat memicu timbulnya stres kerja pada seseorang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Siper dengan umur dewasa matang (> 30 tahun) sebesar 70 %, jenis kelamin perempuan sebesar 56,7%, dan masa kerja lama (> 5 tahun) sebesar 40%.
2. Siper dengan kategori komunikasi interpersonal kurang baik (< 10,00) sebesar 43,3 % dan sipir yang menyatakan komunikasi interpersonal baik (> 10,00) sebesar 56,7 %
3. Siper yang memiliki stres berat sebesar 60 % dan kategori stres ringan sebesar 40 %
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara umur dengan stres kerja (p value = 0,003)
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan stres kerja (p value = 0,025)
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara masa kerja dengan stres kerja (p value = 0,002)
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara komunikasi interpersonal dengan stres kerja (p value = 0,159)
11. Hardjana, A.M. *Komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal*. Yogyakarta : Kanisius. 2003.

KEPUSTAKAAN

1. Handoyo, Seger. *Stres pada Masyarakat Surabaya, Jurnal Insan Media Psikologi 3 : 61-74*. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. 2010.
2. Sumarni, Tri. *Hubungan Kondisi Kerja dan Karakteristik Individual dengan Stres Kerja pada Pegawai Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Lubuk Pakam*. Medan. 2008.
3. Sutherland, V. dan Cary L. Cooper. *Strategic Stress Management*. London : Macmillan. 2000.
4. Robbins, Stephen P dan Judge, Timothy A. *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba. 2008.
5. Munandar, A.S. *Stres dan Keselamatan Kerja: Psikologi Industri dan Organisasi*. Penerbit Universitas Indonesia. Jakarta. 2001.
6. Cooke, David J., Baldwin, Pamela J., dan Howison, Jaqueline. *Menyingkap Dunia Gelap Penjara*. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 2008.
7. Liliweri, Alo. *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya. 1997.
8. Widjaja. *Ilmu Komunikasi Pengantar Studi*. Jakarta : Rineka Cipta. 2000.
9. Iin. Muthmainah. *Faktor-faktor penyebab Stres Kerja di Ruang ICU Pelayanan Jantung Terpadu Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta (Skripsi)*. Jakarta : Program studi Ilmu keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan UI. 2012.
10. Fitri, Azizah. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Karyawan Bank*. Jurnal Kesehatan Masyarakat 2013, Vol 2, No, 1. 2013.