

ANALISIS STRES KERJA AKIBAT PANDEMI COVID-19 PADA CV. KARYA ANEKA BAJA BANJARMASIN

Melysyaputri

E-mail : melysyaputri08@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin selama ini. Untuk mengetahui dan menganalisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin yang seharusnya.

Data yang diperoleh dari penelitian lapangan dianalisis secara deskriptif berdasarkan pada teori mengenai gambaran stres kerja dan kinerja para pekerja selama Pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin.

Hasil dari penelitian adalah akibat dari pandemi Covid-19 adalah yang dulunya para pekerja bisa bekerja 1 bulan penuh sekarang sudah tidak bisa lagi karena perusahaan memberikan kebijakan untuk bekerja 1 hari kerja dan 1 hari libur, kemudian yang dulu nya mereka digaji secara penuh sekarang para para pekerja tidak bisa lagi, karena dipotong oleh perusahaan.

Kesimpulan dari skripsi ini adalah tingkat stres para pekerja CV Karya Aneka Baja Banjarmasin selama ini adalah perusahaan memberikan kebijakan untuk bekerja 1 hari kerja dan 1 hari libur.

Saran yang dapat diberikan oleh penulis adalah CV Karya Aneka Baja Banjarmasin hendaknya dapat memberikan kesempatan kepada pegawai untuk dapat mengembangkan kemampuannya sehingga potensi yang dimiliki oleh pegawai dapat berkembang dan hendaknya waktu pelatihan ditambah dan dilakukan pengulangan latihan secara berkala minimal 1 tahun sekali.

Kata Kunci : *Stres Kerja, Pandemi Covid-19*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine and analyze work stress due to the Covid-19 pandemic at CV Karya Aneka Baja Banjarmasin so far. To find out and analyze work stress due to the Covid-19 pandemic at CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin.

The data obtained from field research were analyzed descriptively based on the theory of job stress and employee performance during the Covid-19 Pandemic at CV Karya Aneka Baja Banjarmasin.

The result of the research is that the result of the Covid 19 pandemic is that previously employees were able to work 1 full month now they cannot anymore because the company gave a policy to work 1 work day and 1 day off, then previously they were paid in full, now employees are not can again, because it was cut by the company.

The conclusion of this thesis is the stress level of employees of CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin so far is that the company provides a policy to work 1 working day and 1 day off.

The suggestion that can be given by the author is that CV Karya Aneka Baja Banjarmasin should be able to provide opportunities for employees to be able to develop their abilities so that the potential possessed by employees can develop and should increase training time and do repeated exercises regularly at least once a year.

Keywords: Job Stress, Pandemic Covid-19

PENDAHULUAN

Industri besi baja merupakan industri strategis karena merupakan salah satu penggerak utama pembangunan suatu negara. Dimana keberadaan salah satu logam paduan atau bisa disebut dengan baja ini dalam kehidupan sehari-hari, sering diabaikan karena banyak bermunculan logam-logam dilapisi bahan lain. Dalam dunia konstruksi dan tata kota, baja bisa di pakai sebagai bahan untuk konstruksi jalan, rel kereta api, dan banyak infrastruktur bangunan lainnya.

CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin merupakan perusahaan yang berpusat di Banjarmasin dan bergerak dalam bidang pabirikasi aluminium seperti : perakitan dan pemasaran *shopfront* aluminium (kusen), *building glass*, *arsitektural material*, *furniture* aluminium dan lain-lain. Perusahaan ini memasarkan barang-barangnya pada sejumlah toko-toko dan meubel yang ada di kota Banjarmasin dan diluar kota Banjarmasin, selain penjualan eceran, ada pula melayani penjualan dalam bentuk grosir. Area pemasaran CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin meliputi bebagi kota seperti Banjarmasin, banjarbaru, Barabai, Amuntai, Tanjung, Pelaihari, Sungai Danau, Batulicin, Kota Baru, Kuala Kapuas, Palangkaraya, Sampit, Pangkalanbun dan kota-kota lainnya.

Untuk sekarang ini banyak perusahaan yang menerapkan peraturan untuk WFH (Work From Home) untuk para pekerjanya atau kerja dari rumah di tengah pandemi kondisi COVID-19 saat ini. Oleh karna itu pekerja di tuntutan untuk dapat memonitor dan menyelesaikan perkerjaan tersebut dari rumah dimana penerapan peraturan tersebut sangat lah tidak efesien dengan pekerjaan yang ada CV Karya Aneka Banjarmasin ini dan membuat para pekerja kebingungan untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut dan sangat rentan membuat pekerja mengalami stress hingga tidak bisa menyelesaikan pekerjaan, bahkan bisa mengganggu kondisi kesehatan tubuh. Orang yang bekerja dari rumah melaporkan tingkat stress yang lebih tinggi. Studi ini menunjukkan bahwa orang yang bekerja dari rumah menghadapi sejumlah tantangan yang akhirnya berdampak buruk pada kesehatan mereka.

Kenyataan terlihat bahwa para pekerja CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin saat ini perlu menghindarkan para pekerja dari stress kerja agar dapat menjalankan

tugas dan fungsinya dengan baik dan agar para pekerja dapat menjalankan tugas dan fungsi dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan aspek stress kerja yang dihadapi oleh para pekerja yang dapat mempengaruhi kinerja mereka dikondisi pandemi covid-19.

Salah satu aspek terpenting di dalam perusahaan adalah sumber daya manusia. Agar perusahaan terus berkembang dan terus memberikan nilai tambah diperlukan peningkatan kualitas dari sumber daya manusianya. Perusahaan dibentuk berdasarkan suatu visi dan misi, yang dalam pelaksanaan visi dan misi tersebut dikelola oleh manusia-manusia yang saling bekerja sama. Interaksi para pekerja dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya dapat menghasilkan pelayanan jasa. Berdasarkan hasil kerjanya, mereka akan mendapatkan imbalan yang berdampak pada kinerja. Sebagai hasil atau akibat lain dari pada proses bekerja dan apabila para pekerja tersebut mengalami stress, yang dapat berkembang dan membuat para pekerja tersebut menjadi sakit baik fisik dan mental, sehingga tidak dapat bekerja lagi secara optimal.

Masalah yang terjadi pada CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin adalah akibat dari pandemi Covid-19 adalah yang dulunya para pekerja bisa bekerja 1 bulan penuh sekarang sudah tidak bisa lagi karena perusahaan memberikan kebijakan untuk bekerja 1 hari kerja dan 1 hari libur, kemudian yang dulunya mereka digaji secara penuh sekarang para pekerja tidak bisa lagi, karena dipotong oleh perusahaan, kemudian akibat stress kerja yang dialami adalah sebagian para pekerja ada yang dirumahkan tanpa digaji oleh perusahaan.

Tabel 1.1 Faktor Penyebab Stres Kerja Karyawan

Faktor Penyebab Stress	Indikasi
Kerja tidak full (1 hari kerja 1 hari libur)	Faktor kebijakan perusahaan
Pemotongan gaji	Perusahaan tidak bisa membayar gaji penuh
Karyawan dirumahkan	

Sumber : CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin, 2020

Dampak yang timbul dari masalah tersebut adalah para pekerja akan mengalami penurunan kinerja sehingga mengakibatkan tugas dan pekerjaannya menjadi terganggu karena tidak memperoleh dukungan dari lingkungan pekerjaan.

Tuntutan yang tinggi terhadap para pekerja dapat meningkatkan tingkat stres dalam pekerjaannya.

Munculnya stres, baik yang disebabkan oleh sesuatu yang menyenangkan atau sesuatu yang tidak menyenangkan akan memberikan akibat tertentu pada seseorang. Pada akhirnya ini mengarahkan semua bank melakukan peningkatan pada profesionalitas dalam pengelolaan sumber daya manusia agar perusahaan tetap eksis dan semakin produktif.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut di atas penulis menyarankan kepada CV. Karya Aneka Baja Banjarmasin dalam mengatasi stres kerja adalah dengan melakukan penyuluhan karir untuk memudahkan keputusan-keputusan yang menyangkut karir sehingga pembangkit stres potensial yang mencakup ketidakpastian pekerjaan, promosi berlebih, dan promosi yang kurang dapat di atasi dengan baik.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul "**Analisis Stres Kerja Akibat Pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin**". Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui gejala-gejala stres yang muncul jika tidak segera ditangani maka akan berakibat pada stres kerja yang dapat menurunkan daya tahan tubuh dan berkurangnya konsentrasi dalam bekerja. Padahal disisi lain, para pekerja dituntut untuk aktif dalam proses kerja terutama demi mencapai tujuan perusahaan.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif karena ingin memberikan gambaran tentang analisis mengetahui dan menganalisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin selama ini.

Hasil dan Pembahasan

1. Bagaimana analisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin selama ini

Salah satu aspek terpenting di dalam perusahaan adalah sumber daya manusia. Agar perusahaan terus berkembang dan terus memberikan nilai tambah diperlukan peningkatan kualitas sumber daya manusianya. Perusahaan dibentuk

berdasarkan suatu visi dan misi, yang dalam pelaksanaan visi dan misi tersebut dikelola oleh manusia-manusia yang saling bekerja sama. Interaksi para pekerja dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya dapat menghasilkan pelayanan jasa. Berdasarkan hasil kerjanya, mereka akan mendapatkan imbalan yang berdampak pada kinerja. Sebagai hasil atau akibat lain dari pada proses bekerja dan apabila para pekerja tersebut mengalami stress, yang dapat berkembang dan membuat para pekerja tersebut menjadi sakit baik fisik dan mental, sehingga tidak dapat bekerja lagi secara optimal.

Masalah yang terjadi pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin adalah akibat dari pandemi Covid-19 adalah yang dulunya para pekerja bisa bekerja 1 bulan penuh sekarang sudah tidak bisa lagi karena perusahaan memberikan kebijakan untuk bekerja 1 hari kerja dan 1 hari libur, kemudian yang dulunya mereka digaji secara penuh sekarang para pekerja tidak bisa lagi, karena dipotong oleh perusahaan, kemudian akibat stress kerja yang dialami adalah sebagian para pekerja ada yang dirumahkan tanpa di gaji oleh perusahaan

2. Bagaimana analisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin yang seharusnya

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilakukan sebagai berikut :

1) *Stressor*

Target pekerjaan yang diterapkan CV Karya Aneka Baja Banjarmasin diindikasikan dapat menurunkan kinerja para pekerja . Beban pekerjaan yang berat di CV Karya Aneka Baja Banjarmasin diindikasikan dapat meningkatkan penurunan kinerja para pekerja . Pekerjaan yang berat di CV Karya Aneka Baja Banjarmasin ditunjukkan dengan banyaknya pekerjaan yang tidak selesai tepat pada waktunya. Para pekerja CV Karya Aneka Baja Banjarmasin merasa tidak dihargai pekerjaannya karena hasil yang mereka dapatkan tidak sesuai. Pekerjaan yang berbahaya dapat menurunkan kinerja para pekerja dan resiko yang harus diambil para pekerja lebih tinggi daripada bagian lainnya para pekerja tidak akan termotivasi untuk meningkatkan kinerjanya.

Penurunan kinerja para pekerja CV Karya Aneka Baja Banjarmasin ditunjukkan dengan sikap para pekerja yang tidak menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, sering tidak masuk kerja atau absen, dan kurang cepat atau cekatan dalam melayani permintaan pelanggan. Karena harapan perusahaan yang tinggi tersebut, para pekerja CV Karya Aneka Baja Banjarmasin merasa terbebani dalam mencapai target dan tujuan perusahaan maupun individu dimasa depan sehingga penurunan kinerja semakin tinggi.

Intimidasi atau tekanan dari pemimpin atau sesama para pekerja juga mengindikasikan penurunan kinerja para pekerja, para pekerja yang tertekan dalam pekerjaan tidak akan dapat mencapai target perusahaan. Tekanan pekerjaan pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin membuat para pekerja tidak betah berada dilingkungan kerja. Mereka sering absen atau tidak masuk kerja.

Kebijakan dari atasan yang memberikan potongan gaji dan sebagian para pekerja dirumahkan dengan tidak mendapatkan gaji membuat para pekerja tidak maksimal dalam mengerjakan pekerjaan tersebut. Atasan sering memberikan teguran yang keras terhadap para pekerja yang tidak tepat waktu dalam menyelesaikan Pekerjaan, sehingga membuat para pekerja banyak yang frustrasi.

2) **Konflik Peran**

Konflik ditempat kerja bisa mempengaruhi performa pekerjaan yang sedang dilakukan saat itu. Jika Karyawan mengalami perbedaan pendapat atau pun sebab lain yang berujung pada pertengkaran dengan rekan kerja, maka Karyawan sebaiknya segera membereskan masalah tersebut agar tidak mengganggu pekerjaan Karyawan.

Beberapa cara untuk mengatasi konflik di tempat kerja seperti yang dilansir dari *eHow* berikut ini bisa di terapkan untuk menyelesaikan masalah dengan rekan kerja.

- (1) Menghadapi masalah
- (2) Berbicara dengan baik
- (3) Bersikap tenang
- (4) Tetap netral

(5) Menghargai pendapat

(6) Mengajak berdamai

(7) Meminta bantuan

3) Masalah hubungan dengan orang lain

Agar tidak menjadi masalah berkepanjangan, konflik atasan dan bawahan harus segera diselesaikan. 9 cara efektif mengatasi konflik antara atasan dan bawahan berikut ini.

(1) Biarkan Emosi Mereda Lebih Dulu

(2) Cari Tahu Akar dari Konflik yang Muncul

(3) Bicarakan Secara Personal

(4) Beri Kesempatan Setiap Pihak Mengutarakan Pendapatnya

(5) Fokus Terhadap Masalah Bukan Pribadi

(6) Negosiasi Ulang

(7) Mencari Solusi Bersama

(8) Minta Bantuan Pihak Ketiga

(9) Terapkan Aturan yang Berlaku

4) Perkembangan karir

Dalam mengatasi perkembangan karir, ada beberapa langkah, yaitu sebagai berikut :

(1) Bangun Jaringan Lebih Luas

(2) Miliki Visi dan Rencana yang Jelas

(3) Terus Belajar Meningkatkan Kompetensi

(4) Cerdas dalam Bekerja

(5) Memiliki Jiwa dan Otak Pemecah Masalah

5) Iklim dan struktur organisasi

Beberapa pendekatan yang dapat dilakukan dalam mengatasi stres kerja dalam iklim dan struktur organisasi

(1) Pendekatan Individual

1. Penerapan manajemen waktu

2. Penambahan waktu olahraga

3. Pelatihan relaksasi

4. Perluasan jaringan dukungan sosial

(2) Pendekatan Organisasional

1. Menciptakan iklim organisasional yang mendukung.
2. Adanya penyeleksian personel dan penempatan kerja yang lebih baik.
3. Mengurangi konflik dan mengklarifikasi peran organisasional.
4. Penetapan tujuan yang realistis.
5. Pendesainan ulang pekerjaan.
6. Perbaikan dalam komunikasi organisasi.
7. Membuat bimbingan konseling.

6) Adanya konflik pekerjaan dengan keluarga

- (1) Salah satu bentuk konflik peran adalah peran dalam pekerjaan dan keluarga. Konflik peran dalam pekerjaan dan keluarga berakibat pada stress kerja karena adanya konflik antar peran (*interrole conflict*) yang berarti terjadi konflik peran di mana tuntutan peran pekerjaan dan keluarga saling tumpang tindih contohnya waktu yang dihabiskan bersama keluarga dengan waktu yang dihabiskan dalam pekerjaan).

Penutup

Kesimpulan

- 1) Tingkat stres karyawan CV Karya Aneka Baja Banjarmasin selama ini adalah perusahaan memberikan kebijakan untuk bekerja 1 hari kerja dan 1 hari libur. Kemudian yang dulunya mereka digaji secara penuh sekarang para karyawan tidak bisa lagi, karena dipotong oleh perusahaan. Sebagian karyawan ada yang dirumahkan tanpa digaji oleh perusahaan.
- 2) Analisis stres kerja akibat pandemi Covid-19 pada CV Karya Aneka Baja Banjarmasin yang seharusnya adalah melakukan monitor kepuasan dan kesehatan staf secara teratur, memberikan informasi kepada pekerja, kepada siapa ia harus berbicara tentang masalah pekerjaan yang dialaminya. Memberikan informasi kepada pekerja di mana tempat ia meminta bantuan profesional ketika mereka mengalami kesulitan yang nyata

Saran

- 1) Hendaknya CV Karya Aneka Baja Banjarmasin melakukan strategi yang terbaik untuk mengatasi stres kerja dapat dilakukan organisasi dengan merancang kembali tuntutan, pengetahuan dan kemampuan, dukungan dan kendali terhadap pekerjaan seorang karyawan.
- 1) CV Karya Aneka Baja Banjarmasin hendaknya dapat memberikan kesempatan kepada pegawai untuk dapat mengembangkan kemampuannya sehingga potensi yang dimiliki oleh pegawai dapat berkembang dan hendaknya waktu pelatihan ditambah dan dilakukan pengulangan latihan secara berkala minimal 1 tahun sekali.

REFERENSI

- Amstrong, Michael. 2014. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : PT Elexmedia Komputindo
- Dessler, Gary, 2017. *Human Resource Management ,Tenth Edition*, Prentice Hall, Inc, New Jersey. Rahayu Paramitha (Penerjemah). 2007.
- Hidayati, 2017. *Pengaruh Emotional Intellegence dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan*. Jakarta : Prosiding Seminar Nasional Manajemen dan Ekonomi Bisnis - Vol. 1, No. 495.
- Lakshamana Rao. 2017. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta.
- Lucas dan Wilson. 2012. *Perilaku organisasi*. Jakarta : PT. Indeks Kelompok GRAMEDIA. <http://www.perilaku organisasi.net.03/02/08>.
- Malayu S.P. Hasibuan, 2011, . *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Rini, F. Jacinta, 2012. *Stress Kerja*, 01 November 2007, www.epsikologi.com.
- Rivai, Veithzal, 2015, *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan*, Grafindo, Jakarta.
- Sutherland dan Cooper. 2015. *Perilaku Dalam Organisasi*, Edisi Ke-7, Jilid 2, Erlangga. Jakarta.
- Tim Peneliti Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, 2015, *Kamus besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.