

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam era globalisasi saat ini tuntutan kerja sangatlah besar, karena keadaan ekonomi yang semakin mahal sehingga membuat orang bekerja lebih keras. Pada umumnya orang bekerja akan mengalami kepuasan kerja jika memiliki kebebasan dalam menentukan pekerjaan yang dilakukan dengan cara yang diinginkannya. Tapi pada kenyataannya orang bekerja akan mendapatkan tuntutan dari pekerjaannya, selain itu orang bekerja juga akan menghadapi konflik yang terjadi dengan sesama rekan kerja dan atasan. Tidak jarang kejadian tersebut dapat memicu seseorang mengalami stress. Begitu juga pekerjaan sebagai terapis yang menangani anak autis menurut Sujarwanto (2004) berpotensi memiliki stres kerja dengan *jobdisk* yang diterima dengan tanggungjawab terhadap perkembangan atau kemajuan kondisi klien serta tuntutan lain yang bervariasi dari pihak keluarga klien, terapis dituntut untuk menggunakan kemampuan berfikir dan kreatifitasnya.

Stres merupakan suatu situasi yang mungkin dialami manusia pada umumnya dan tenaga kerja pada khususnya. Stres menjadi masalah yang penting karena situasi tersebut dapat mempengaruhi kepuasan kerja dan produktivitas. Menurut Hariandja (dalam Masbow, 2009) stres adalah situasi ketegangan atau tekanan emosional yang dialami seseorang ketika sedang menghadapi tuntutan yang sangat besar, hambatan-hambatan serta adanya kesempatan yang sangat penting, yang dapat mempengaruhi emosi, pikiran dan kondisi fisik seseorang. Stres dapat

mempengaruhi keadaan fisik individu, sehingga membuat individu tidak nyaman dalam bekerja. Pada dasarnya, stres yang dialami tergantung dari tuntutan-tuntutan spesifik dari pekerjaannya Schultz & Schultz (1990). Sumber stres yang beraneka ragam harus dihadapi setiap hari, kesiapan individu masing-masing berbeda serta kemampuan yang dimiliki oleh pekerja.

Anak autisme memerlukan pendidikan dan perhatian yang khusus dari pada anak normal pada umumnya, sehingga dibutuhkan pengajar, terapis yang memiliki kesabaran dan mental yang matang dalam menghadapi anak autisme. Para terapis tersebut juga membutuhkan tenaga dan energi yang besar dalam menangani anak autisme tersebut.

Demikian juga di lembaga terapis Sahabat Qualita terdapat permasalahan stress kerja terutama pada terapis. Yang membedakan terapis di Sahabat Qualita dengan tempat terapis lainnya yaitu setiap terapis *job descnya* tidak sesuai dengan kriteria klien yang ditangani sehingga hal tersebut memicu terjadinya stress kerja, hal ini diperkuat dengan hasil *pre-elementary* yang telah dilakukan dengan mengadaptasi kuisioner Situngkir (2010), kemudian peneliti memberikan kuisioner kepada 15 terapis di Sahabat Qualita dan ditemukan 2 terapis yang mengalami stress kerja diperoleh validitas berkisar 0,369-0,768. Kemudian didukung dengan hasil wawancara yang diperoleh dengan terapis Sa bekerja selama lebih dari 5 tahun dan Dy bekerja kurang dari 5 tahun di Sahabat Qualita, setiap pertemuan dilakukan 8 jam dan ada beberapa program terapi yang diberikan tergantung pada kebutuhan dan program yang dijalankan pada anak, contohnya pada sesi pertama menangani anak yang bernama Andra program yang diberikan adalah identifikasi bagian tubuh,

pada saat pelaksanaan program anak tantrum dan sulit dikendalikan belum lagi dengan kondisi ruang terapi yang sempit membatasi akses ruang gerak bagi terapis, sesi selanjutnya klien yang ditangani berbeda dan program yang diberikan berbeda yaitu identifikasi angka, huruf dan warna, pada sesi ini anak sulit untuk berkonsentrasi dan banyak bermain. Pada saat terapi, terapis tidak jarang mengalami rasa cemas tangan dingin dan berkeringat dengan kondisi anak yang akan datang karena banyak kondisi anak yang fluktuatif di tiap kedatangan, kebingungan atau kesulitan memunculkan ide terapi saat penanganan.

Terapis juga mengalami stress ketika menghadapi tuntutan dari pihak orang tua anak autis yang menuntut masalah perkembangan pada anak seperti program yang dijalankan berupa kemandirian, meniru, bersosialisasi dan kesiapan untuk sekolah formal. Respon yang ditunjukkan terapis ketika mengalami stress merasa cemas, tangan berkeringat, sikap yang ditunjukkan lebih dingin daripada biasanya, tindak tanduknya terhadap pekerjaan tergesa-gesa. Dampak subjek ketika mengalami stress jenuh terhadap pekerjaannya, badan merasa sakit semua seperti otot belakang leher, sakit kepala, sulit tidur, nafsu makan bertambah dan menurunnya semangat kerja. Sehingga untuk memunculkan ide sangat sedikit. Dampak stress terhadap kehidupan terapis, lebih suka menyendiri, murung, sikap terhadap orangtua dingin suka membentak, suka berteriak ketika merasa sudah tidak mampu terhadap stress yang dirasakan. Rasa stress yang dialami oleh subjek biasanya bertahan 5 hari sampai 1 minggu.

Kompetensi sebagai terapis anak autis yaitu harus memiliki pemahaman yang jelas dan kuat tentang *spectrum autisme* karena dengan memahami kondisi

kekhususan dari *spectrum autisme*, para terapis dapat bekerja lebih efektif dan mengerti bagaimana memberikan instruksi dan mengajar dengan tepat dari cara belajar anak dengan kondisi *autisme* (Puspita, 2002). Dengan latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh kedua subjek membuatnya harus bekerja dengan ekstra, berbekal dari ilmu pelatihan dasar terapi *ABA* yang diperoleh ketika menjalani masa training kerja. Meskipun telah berbekal ilmu pelatihan namun memahami anak autis bukan suatu hal yang mudah berbagai permasalahan anak ketika sesi terapi dapat muncul kapan saja dan dapat memicu reaksi stres kerja.

Menurut penelitian Caroline (2007) bahwa terapis anak autis adalah satu jenis pekerjaan yang memiliki tingkat stress yang cukup tinggi, karena terapis bekerja pada anak yang berkebutuhan khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya, karena karakter anak yang mudah tantrum, gangguan dalam interaksi sosial, kurangnya hubungan sosial dan emosional, bicara terlambat dan sulit untuk meniru. Faktor penyebab stress pada terapis yaitu memiliki variasi dan kombinasi yang beragam, terapis mengalami stress terhadap suara yang tinggi dan kuat, tekanan frustrasi bersumber dari konflik, ketakutan dan kecemasan. Penyebab lain stress bagi para terapis misalnya hubungan dengan rekan kerja, lama bekerja menjadi terapis, dukungan keluarga, kepadatan jadwal dan rutinitas kerja, serta ketidaksesuaian beban kerja dan gaji yang di dapat. Sedangkan Kusnadi (2015) tentang efektifitas peran konselor atau terapis dalam proses penyembuhan anak autis bahwa kendala yang dihadapi oleh terapis yaitu kurangnya kerja sama orang tua di rumah dalam membantu memberikan terapi terhadap anak autis, kurangnya pemahaman dari

orangtua, anak yang *hyperaktif*, anak sering tidak fokus, gangguan terhadap bahasa dan komunikasi.

Seperti yang dikemukakan diatas bahwa pekerjaan menjadi terapis bukan pekerjaan yang mudah, bermacam-macam kondisi yang dapat memicu terjadinya stres kerja. Seorang terapis harus mampu menempatkan diri dalam berbagai situasi seperti dihadapan anak, orangtua anak, maupun dihadapan pimpinan. Beratnya tugas dan tantangan memungkinkan tekanan yang dialami yang bersumber dari pekerjaan yang disebut sumber stres. Maka dari hasil penelitian tersebut serta didukung dari penelitian sebelumnya, peneliti tertarik mengambil judul sebagai berikut. Sumber-sumber stress kerja pada terapis anak autis di Sahabat Qualita.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan diatas maka penulis mengajukan rumusan masalah penelitian yaitu tentang bagaimana gambaran sumber-sumber stress kerja pada terapis anak autis?

## **C. Tujuan**

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sumber-sumber stress pada terapis dalam menangani anak autis.

## **D. Manfaat**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

### 1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan berarti sebagai referensi tambahan bagi pengembangan disiplin ilmu psikologi, terutama psikologi klinis yang berkaitan dengan sumber-sumber stres kerja.

### 2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang lebih jelas mengenai sumber-sumber stres pada terapis dalam menangani anak autisme, terutama untuk:

#### a. Bagi subjek

Diharapkan kepada kedua subjek agar semakin mampu mendalami karakteristik klien dengan baik, serta mampu menjalin kerja sama dengan rekan kerja. Agar sumber stres yang dihadapi tidak begitu besar sehingga dapat terjalin kerja sama yang baik dan dapat melayani anak autisme dengan sabar, kuat dengan masalah dan perasaan stres.

#### b. Bagi para terapis di SQ

Diharapkan kepada terapis di SQ agar mampu mengenali karakteristik klien dengan baik dan memahami kompetensi diri, agar sumber stres yang dihadapi tidak tinggi sehingga dapat bekerja dengan baik dan maksimal.

c. Bagi lembaga Sahabat Qualita

Membantu lembaga mengetahui bahwa ada terapis yang menangani anak autis mengalami stres kerja.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang sumber stres kerja pada anak autis, diharapkan agar memilih pembahasan yang konteksnya lebih rumit dengan karakteristik terapis yang lama bekerja dan menemukan strategi *coping* stres bagi terapis.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini berbeda dengan penelitian lainnya, penelitian ini mengenai sumber-sumber stres kerja pada terapis anak autisme dengan metode penelitian studi deskriptif eksploratif. Adapun penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya antara lain: Caroline tahun 2007 melakukan penelitian mengenai “Faktor penyebab stres pada terapis dari anak autisme *spectrum disorder* (ASD)” dengan metode penelitian yang digunakan kualitatif pengambilan data dengan wawancara. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penyebab stres pada masing-masing partisipan memiliki variasi dan kombinasi yang beragam. Ketiga partisipan mengalami stres terhadap suara yang tinggi dan kuat, tekanan, frustrasi yang bersumber dari konflik, serta ketakutan dan kecemasan. Sedangkan ketiga partisipan tidak mengalami stres pada faktor cahaya, suhu ekstrem, peralatan kerja dan *approach-approach conflicts*.

Mahesa (2013) melakukan penelitian tentang “Analisis faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada terapis anak autisme di klinik keanna center” dengan menggunakan metode studi analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu mencari faktor yang berhubungan dengan stres kerja yang diteliti dalam waktu bersamaan. Hasil penelitian yang diperoleh tidak semua terapis mengalami stres kerja 7 terapis (35%) mengalami stres kerja dan 13 terapis (65%) tidak mengalami stres kerja. Dari kelima faktor yang mempengaruhi stres kerja, hanya terdapat 2 faktor yang berhubungan yaitu beban kerja dan rutinitas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Khoiriyah (2016) melakukan penelitian tentang “Gambaran stres kerja pada terapi okupasi dalam menangani anak autisme di Jakarta” dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subyek penelitian berjumlah dua yang diteliti, diperoleh kesimpulan bahwa kedua subyek Terapis Okupasi yang bekerja menangani anak Autism mengalami gejala-gejala stres akibat stres karena pekerjaan terutama karena kondisi lingkungan kerja yang kurang memadai, dengan gejala-gejala yang ditandai dengan sakit kepala, cemas, menurunnya produktivitas dan penundaan pekerjaan. Serta strategi coping stres yang dilakukan meliputi *Emotion Focused Coping* dan *Problem Focused Coping*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lainnya adalah penelitian ini akan menggambarkan mengenai bagaimana sumber stres kerja terapis anak autisme di Sahabat Qualita Kota Madiun. Kemudian yang membedakan penelitian ini adalah terapis di Sahabat Quallita ini para terapis tidak memiliki kriteria tertentu dalam menangani klien sehingga ada kemungkinan terapis mengalami stres kerja.