

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan masalah besar yang banyak dihadapi banyak orang. Stres itu tidak kasat mata, tidak bisa dilihat, hanya dapat dialami. Pengalaman stres bersifat sangat pribadi. Tekanan yang datang dari berbagai macam arah, mempengaruhi dalam cara dan pada waktu yang berbeda-beda. Beberapa keadaan, stres dapat dilihat sebagai sesuatu yang positif, namun dalam situasi yang lainnya stres dapat menjadi sesuatu yang negatif. Apabila stres menjadi begitu besar dan tidak mampu lagi menahannya, hal ini akan mempengaruhi kinerja (Atkinson, 1991, h 199)

Segala macam bentuk stres sebenarnya akibat dari kekurangpahaman manusia akan keterbatasan-keterbatasan yang dimiliki, sehingga menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah, dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar stres. Selama stres berlangsung tubuh manusia memberikan tanggapan, dan tanggapan tersebut menimbulkan reaksi kimiawi dalam tubuh manusia, antara lain tekanan darah meningkat, tingkat metabolisme meningkat, produksi kolesterol dan adrenalin meningkat. Stres yang tidak teratasi menimbulkan gejala badaniah, jiwa dan gejala sosial yang mempunyai tingkat ringan, sedang, sampai berat. Akibat dari stres dapat timbul tidak pada saat itu juga, namun dapat pula terlihat setelah beberapa hari, minggu, bulan bahkan satu tahun yang akan datang.

Sebagian besar hidup manusia sebenarnya dikuasai oleh pekerjaan. Pekerjaan dapat dikatakan merupakan sumber utama harga diri, karena melalui pekerjaan manusia dapat mengenal orang lain, mencari teman dan mengembangkan hubungan. Oleh karena itu tidaklah mengherankan jika pekerjaan merupakan pusat dari segala kepentingan.

✓ Pekerjaan dapat berfungsi sebagai sumber kepuasan dan tantangan yang sangat besar, tetapi pekerjaan juga bisa mengandung unsur-unsur perusak yang potensial. Hal itu dapat berupa munculnya ketegangan dalam lingkungan kerja. Ketegangan yang berlarut-larut dapat menimbulkan stres. Kondisi ini dapat mengganggu situasi kerja serta konsentrasi dalam menyelesaikan pekerjaan. Keadaan ini tentu saja mengakibatkan menurunnya prestasi kerja yang tentunya sangat merugikan diri karyawan dan perusahaan.

Menurut Sutherland dan Cooper (Indarjati, 1994, h 110) sumber stres kerja dapat disebabkan oleh banyak faktor, seperti : peran dalam organisasi, yaitu adanya konflik peran, tanggung jawab terhadap orang lain, tidak dilibatkan dalam pengambilan keputusan ; pengembangan karir, yaitu adanya *over promotion / under promotion*, kurangnya keamanan kerja; strukture organisasi, yaitu kurangnya konsultasi yang efektif, *restriction on behavior* , politik dalam lingkungan kerja; hubungan antara individu dengan organisasi, yaitu hubungan yang kurang baik dengan atasan, rekan sekerja ataupun bawahan, kesukaran dalam pendelegasian tanggung jawab. Selain itu faktor dari pekerjaan sendiri ikut berpengaruh, seperti beban kerja yang terlalu berlebihan atau kurang, kondisi fisik yang kurang baik, tekanan waktu, pengambilan keputusan, dan lain-lain. Faktor

eksternal yang berpengaruh terhadap suatu perusahaan, misalnya adanya pertentangan antara tuntutan perusahaan dengan tuntutan keluarga serta pertentangan antara kemauan perusahaan dengan kemauan pribadi karyawan.

Beberapa pendapat menyatakan bahwa bekerja akan menjadi lebih baik jika ada batas waktu yang ditetapkan atau dengan kata lain bekerja semakin cepat adalah semakin baik. Bahkan ada juga yang mengerjakan sesuatu pada menit terakhir dengan tergesa-gesa dan panik. Sebenarnya hal semacam itu tidak seharusnya terjadi. (Atkinson, 1991, h 2).

Pada saat seseorang mempunyai niat untuk melakukan suatu pekerjaan yang belum pernah dilakukan, seseorang harus dapat menyediakan waktu sehingga pekerjaan tersebut dapat terlaksana. Semua itu berdasar pada sesuatu yang dikenal dengan manajemen waktu yang efektif (Taylor, 1990, h 7).

Penulis tertarik untuk mencoba mengadakan penelitian terhadap wartawan, karena menurut Cooper dan Straw (1995, h 17) wartawan dianggap salah satu profesi yang rentan terhadap stres. Wartawan merupakan profesi yang terbuka bagi siapa saja, pria-wanita dengan latar belakang pendidikan apa saja mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi wartawan. Wartawan ialah orang yang melakukan pekerjaan kewartawanan yang berupa kegiatan usaha / usaha yang sah berhubungan dengan perkumpulan, pengolahan, dan penyiaran dalam bentuk berita, pendapat, ulasan, gambar-gambar, dan sebagainya dalam bidang komunikasi massa. Dengan demikian wartawan adalah orang-orang yang melakukan pekerjaan kewartawanan dalam surat kabar, majalah, radio, televisi, maupun kantor berita (Junaedhie, 1991, h 277).

Wartawan televisi, bertugas untuk mengumpulkan laporan dan membuat komentar tentang berita dan masalah hangat untuk penyiaran melalui siaran televisi serta mengkhususkan dalam penyiaran laporan dan komentar melalui stasiun televisi, mengadakan wawancara dalam siaran dengan orang-orang yang menarik minat masyarakat (Klasifikasi Jabatan Indonesia, 1986, h 168-172).

Adapun hal yang dipandang dapat mengakibatkan stres pada wartawan televisi salah satunya adalah berhubungan dengan waktu penyebaran berita yang cepat. Faktor waktu sangat berperan dalam berhasil atau tidaknya wartawan dalam mengerjakan semua tugas-tugasnya, karena pada dasarnya tugas wartawan, adalah untuk memberikan informasi kepada masyarakat luas tentang suatu peristiwa dengan segera.

Pada wartawan, waktu merupakan salah satu faktor yang cukup penting. Wartawan diharapkan dapat mengelola waktu sebaik mungkin, karena hal ini erat kaitannya dengan proses pencarian dan penyebaran berita. (Assegaff, 1982, h 27). Menurut Effendy (1993, h 174) dalam tugasnya seorang reporter televisi, lebih bersifat memberi penjelasan daripada memberi ulasan, karena penonton melihat sendiri apa yang sedang berlangsung. Reporter tidak perlu menerangkan apa yang dilihat sendiri oleh pemirsa televisi. Hal-hal yang harus dijelaskan adalah apa yang tidak diketahui oleh pemirsa dengan penglihatannya, misalnya nama-nama orang, tempat latar belakang peristiwa yang sedang berlangsung. Oleh karena itu, maka sebelum penyiaran berlangsung, sebaiknya reporter harus mengadakan persiapan-persiapan mencari data selengkap mungkin supaya dapat segera diinformasikan kepada pemirsa. Dengan melihat hal tersebut maka

wartawan televisi diharapkan untuk dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya guna kelancaran tugasnya. Hal ini terjadi karena kecepatan berita tidak lagi dihitung dengan hari, karena suatu berita dapat disiarkan dengan seketika pada saat peristiwa berlangsung.

Selain itu, dengan adanya iklim yang sejuk dalam perkembangan pers saat ini seiring dengan adanya kebebasan pers di Indonesia dan menjamurnya media massa baru, muncul polemik yang berkepanjangan. Pada satu sisi, kebebasan pers merupakan salah satu indikator adanya demokrasi, namun di sisi lain perkembangan pers yang demikian bebas menimbulkan kekhawatiran. Menurut Yudiono (Budi, 2000, h 6) dengan adanya kebebasan pers pasti mempunyai dampak positif dan negatif. Dampak negatif kebebasan pers adalah tidak terkendalinya arus pendapat karena setiap orang ingin mengeluarkan pendapatnya. Selanjutnya dengan banyaknya informasi yang jelas-jelas bertentangan menyebabkan masyarakat awam menjadi bingung, selain itu masyarakat juga dipengaruhi oleh adanya etika yang selama ini dijaga ternyata mulai dikesampingkan, karena tidak adanya lembaga yang mengontrol

Masyarakat cenderung untuk “menghakimi” dengan cara anarki apabila pemberitaan dari media dianggap tidak benar atau meyudutkan. *Geruduk-isme*, adalah istilah yang tepat untuk gejala seperti ini. Padahal jika tidak puas dengan isi berita bisa menggunakan hak jawab, hak koreksi, atau menempuh jalur hukum.

Hal tersebut tentu saja tidak lepas dari keterlibatan wartawan itu sendiri. Pada saat wartawan meliput suatu berita untuk kemudian disampaikan kepada masyarakat luas. Seringkali berita yang disampaikan oleh seorang wartawan

dianggap membahayakan bagi sebagian orang dan sering pula seorang wartawan dianggap bertanggung jawab tentang apa yang sudah diberitakan. Selain itu proses pencarian atau peliputan beritanya terkadang mempunyai resiko yang cukup tinggi dan dapat berakibat fatal bila seorang wartawan kurang hati-hati.

Rasa aman sangat dibutuhkan dalam proses bekerja, baik itu keamanan dari segi fisik maupun psikis, misalnya adanya perlindungan fisik, mendapatkan pekerjaan, jaminan hari tua, dan lain-lain. Apabila kebutuhan akan rasa aman terpenuhi, maka diharapkan akan menunjang produktivitas kerja seseorang. Hal tersebut tentu saja berlaku juga untuk wartawan televisi, yaitu jika kebutuhan akan rasa aman terpenuhi maka produktivitas kerja juga akan menjadi lebih baik.

Berdasar uraian di atas, maka timbul pertanyaan bagaimanakah keterkaitan antara manajemen waktu dan rasa aman dengan stres kerja pada wartawan televisi? Untuk itulah diperlukan penelitian ini, agar dapat menjawab pertanyaan tersebut serta membuktikan kebenaran asumsi-asumsi yang telah dijelaskan di atas, yang menyatakan adanya hubungan antara manajemen waktu dan rasa aman dengan stres kerja.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres kerja pada wartawan televisi ditinjau dari manajemen waktu dan rasa aman.



C. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Bagi sumbangan psikologi sebagai ilmu terapan, diharapkan penelitian ini dapat melengkapi perbendaharaan hasil penelitian di bidang Psikologi Industri.

2. Praktis

Memberikan informasi kepada wartawan ataupun masyarakat tentang hubungan stres kerja pada wartawan televisi ditinjau dari manajemen waktu dan rasa aman.

