

# Sumber stres dan coping pekerja lapangan di daerah konflik: Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam

Maya Damayanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287485&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Menjadi pegawai sebuah perusahaan multinational di bidang MIGAS memang merupakan suatu kebanggaan tersendiri. Namun bila pekerjaan tersebut harus dilakukan di daerah yang sedang mengalami konflik, merupakan masalah tersendiri. Menjadi pekerja di daerah konflik memang sering menimbulkan dilema. Di lain pihak, pekerjaan tersebut sangat kita butuhkan, namun di pihak lain kita berhadapan dengan situasi atau kondisi yang sedang konflik, seliingga hal tersebut menimbulkan stres. Daerah konflik memang menimbulkan stres, karena kondisi-kondisi atau kejadian yang ada di lingkungan merupakan kondisi yang mengancam, merusak atau membahayakan dirinya. Berdasarkan hal tersebut diatas, penulis tertarik ingin mengetahui gambaran sumber stres yang dialami oleh para pekerja di daerah konflik tersebut. Setelah kita mengetahui apa sumber stresnya, penulis juga tertarik untuk mengetahui tentang kegiatan apa saja yang dilakukan oleh para pekerja untuk menanggulangi stres tersebut. Oleh karena itu dalam penelitian ini juga dibahas tentang coping stres para pekerja tersebut.

Sebagai dasar dalam melakukan penelitian ini, penulis menggunakan teoriteori yang berkaitan dengan sumber stres dan coping stres. Untuk sumber stres, penulis menggunakan teori dari Safarino (1994) tentang sumber-sumber stres. Menurut Safarino ada 3 jenis stresor, yakni yang berasal dari diri sendiri, keluarga serta komunitas dan masyarakat. Sedangkan untuk strategi coping stres, teori yang digunakan adalah dari Lazarus (1976) dan Steptoe (dalam Cooper dan Payne, 1988) terbagi atas dua orientasi, yaitu: problem-focused coping (coping berorientasi masalah) dan emotion-focused coping (coping berorientasi emosi).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan kondisikondisi yang dinilai paling potensial menimbulkan stres adalah yang berasal dari komunitas dan masyarakat, karena merupakan tempat yang dapat mengancam, merusak atau membahayakan dirinya, keluarganya serta masyarakat sekitarnya. Jadi situasi lingkungan yang mengalami konflik inilah yang menimbulkan stres bagi para pekerja. Kemudian stresor yang dianggap dapat menimbulkan stres yang berasal dari keluarga berada pada urutan kedua, sedangkan stresor yang berasal dari diri sendiri berada pada urutan yang yang terakhir. Untuk coping stres, hasilnya adalah ternyata kegiatan-kegiatan yang berorientasi pada emosi lebih efektif dalam menanggulangi stres daripada yang berorientasi pada masalah. Hal ini dilakukan karena mereka menganggap tidak ada solusi yang bisa mereka lakukan untuk mengatasi konflik di daerahnya. Hal ini menyangkut isu politik yang berkepanjangan seliingga mereka lebih memilih cara mengatasi stres yang berorientasi pada emosi untuk mengatur emosi yang tidak menyenangkan yang diakibatkan oleh stressor.