

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dalam menghadapi beratnya tekanan persaingan seharusnya Indonesia berusaha meningkatkan kualitas sumber daya manusianya sejak tiga puluh atau dua puluh tahun yang lalu karena hanya sumber daya manusia yang handal yang dapat menjadi keunggulan kompetitif bagi negara berkembang seperti Indonesia untuk mendapatkan manfaat dari era globalisasi tersebut. Sumber daya manusia sebagai salah satu faktor internal yang memegang peranan penting berhasil tidaknya suatu organisasi dalam mencapai tujuan sehingga perlu diarahkan melalui manajemen sumber daya manusia yang efektif dan efisien (Heriyanti & Putri, 2021) dan (Cindy et al, 2020). Selain itu menghadapi lingkungan persaingan yang semakin ketat, setiap perusahaan harus mampu mengoptimalkan sumber daya ekonominya untuk meningkatkan daya saing produknya di pasar, serta membangun rangkaian strategi pemasaran yang efektif dan mengembangkan strategi pemasaran secara berkesinambungan dan berkelanjutan. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan keunggulan kompetitif perusahaan saingan (Cindy et al., 2020).

Relaksasi dengan metode *accupressure* adalah metode yang mampu mengaktifkan titik-titik energi dalam tubuh, metode *accupsressure* sudah dilakukan secara turun-temurun diberbagai negara. Metode ini terus di kembangkan di banyak negara yaitu China, Amerika, Eropa, dan lain-lain. Indonesia melalui Relaxology juga tidak ketinggalan untuk mengembangkan

metode relaksasi ini. Kebutuhan akan relaksasi yang semakin tinggi pada masa ini yang juga diikuti dengan meningkatnya aktivitas manusia dan tingginya tingkat stress akibat kompetisi, jam kerja yang panjang, kemacetan lalu lintas, *information overflow* dan lain-lain. Stress yang tinggi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan akan penyakit dan menurunkan tingkat produktivitas.

*Accupressure Academy* (AA) atau dikenal dengan PT. Rx Relaxology didirikan pada tahun 2010, dengan tujuan mengembangkan metode relaksasi modern berbasis *accupressure*. Teknik dan metode relaksasi yang sudah ada dikumpulkan, ditelaah dan diperbaiki, lalu dibentuk ulang menjadi metode relaksasi yang lebih efisien dan efektif untuk kebutuhan manusia moderen yang sibuk. Metode relaksasi tradisional yang telah disempurnakan ini diajarkan kepada *therapist-therapist* di *Accupressure Academy*, mereka dilatih oleh Trainer terbaik untuk memastikan relaksasi yang sempurna. Untuk menunjang kelancaran operasional, RX dan *Accupressure Academy* menggunakan *online system* yang disebut *RX System*, dengan menghubungkan semua bagian terkait dalam satu jaringan kerja. Secara administratif, setiap outlet yang tersebar di Indonesia akan dikelola lebih baik, ditambah dengan *Standard Operating Procedure* (SOP) yang telah disesuaikan guna memaksimalkan pelayanan dan juga sistem audit yang dilakukan secara berkala ([Https://relax.co.id/](https://relax.co.id/), 2013).

Mengelolah stres membutuhkan pemahaman tentang stres, faktor-faktor yang mempengaruhinya, dan konsekuensi dari stres itu sendiri. Manajemen stres dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa pendekatan untuk manajemen stres. Akhirnya, manajemen stres yang diterapkan oleh organisasi dapat

meningkatkan kinerja organisasi secara keseluruhan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Polakitang et al., 2019) dan (Ahmad et al., 2019) bahwa stres kerja mempengaruhi Kinerja karyawan. Terdapat beberapa permasalahan terkait stres kerja yang dialami oleh karyawan di PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur jika dilihat dari tingkat absensi karyawan dalam tiga tahun ini, yaitu periode 2020 hingga 2022. Dimana data tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.1 sebagai berikut:

**Tabel 1.1** Tingkat Absensi (Ketidakhadiran) Karyawan PT. RX Relaxology

No.	Tahun	Absensi	Presensi	Keterangan
1	2020	±50%	±50%	Sesuai aturan: Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 21 Tahun 2020. Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)
2	2021	±25%	±75%	Sesuai aturan: Nomor 27 Tahun 2021. Tentang. Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat. Level 4, Level 3, Dan Level 2 Corona Virus Disease 2019
3	2022	±10%-15%	±85%-90%	Sesuai aturan: Mendagri Terbitkan Inmendagri 53/2022 terkait Percabutan PPKM. Tentang Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 pada Masa Transisi Menuju Endemi

Sumber: (Valentina, 2022)

Berdasarkan keterangan pada Tabel 1.1 seperti yang dijelaskan oleh pihak *Human Resource Development* (HRD) PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur yaitu Putri Valentina, S.I.P yang menjelaskan bahwasannya tingkat absensi pada tahun 2020 dikarenakan perusahaan harus merumahkan karyawan sebesar 50% dari total terapis, kemudian pada tahun 2021 masih belum pulih terkait pandemic Covid-19 sehingga kebijakan berlaku, hanya

memperbolehkan 75% karyawan yang masuk di hari normal, dan hingga kini karyawan yang masuk rata-rata 85%-90%. Para karyawan menjadi risau dan stress, dalam kondisi kebutuhan hidup tetap tinggi namun dari segi pemasukan berkurang (Valentina, 2022). Belum normalnya jumlah karyawan yang masuk, mengakibatkan adanya pekerjaan yang berlebihan. Stres kerja dapat disebabkan oleh tuntutan pekerjaan yang berlebihan. Stres kerja ini dapat bermanifestasi sebagai bekerja terlalu lama, terlalu banyak tugas atau kecacatan, dan banyak tenggat waktu atau tanggal kerja.

Suatu lingkungan kerja dikatakan baik atau cocok apabila orang-orang di dalamnya mampu melakukan aktivitasnya secara optimal, sehat, aman dan nyaman. Lingkungan kerja yang tepat dapat memiliki dampak yang bertahan lama, seperti halnya lingkungan kerja yang buruk mempersulit tercapainya sistem kerja yang efisien dan efektif. (Siagian, 2014) berpendapat bahwa lingkungan kerja yang aman dan ada bukti bahwa kesehatan mempengaruhi produktivitas. Selain itu, juga diklaim bahwa kondisi kerja yang menyenangkan dapat mencakup tempat kerja dan fasilitas tambahan yang mempercepat penyelesaian pekerjaan. Permasalahan lainnya terkait dengan lingkungan kerja yang terjadi sekarang oleh karyawan di PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur yaitu, adanya berbagai aturan baru terkait protokol kesehatan yang justru dibutuhkan penyesuaian oleh para karyawan, selain itu juga sering terjadinya antrian konsumen dikarenakan adanya pembagian shift karyawan sesuai kebijakan pemerintah daerah dan perusahaan. Sehingga terjadilah beban kerja atau kerja melebihi kapasitas. PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur terdiri dari

40 orang karyawan dengan jam kerja yang di mulai dari 08:00 WITA hingga 17:00 WITA, dan masuk setiap hari kecuali libur di hari tertentu sesuai dengan kebijakan perusahaan (Valentina, 2022). Tuntutan pekerjaan dalam keseharian 8 jam kerja dengan 1 jam istirahat, meskipun pada kenyataannya terjadi penambahan waktu jam kerja dikarenakan keseluruhan karyawan tidak masuk 100% karena adanya kebijakan pemerintah dan perusahaan guna meminimalisir penyebaran Covid-19.

Proses mempertahankan kelangsungan hidup bisnis harus memperhatikan perubahan yang dapat menghadirkan peluang atau bahkan menjadikannya ancaman, sehingga kemampuan perusahaan dapat segera beradaptasi dengan perubahan. Apalagi pandemi Covid-19 sejak September 2019 hingga sekarang Juli 2022 masih berlangsung. Menurunnya omset pendapatan perusahaan serta adanya beberapa kebijakan terkait pembatasan lingkungan seperti *social distancing* dan mengurangi adanya kerumunan. Hingga puncaknya, beberapa perusahaan melakukan kebijakan mengurangi karyawan, untuk memangkas beban operasional perusahaan supaya perusahaan masih tetap bertahan. Selain itu juga, ada beberapa kebijakan pemerintah, yang mewajibkan perusahaan yang bergerak selain dibidang kesehatan dan perbankan sementara waktu bekerja dari rumah atau biasa disebut dengan *Work From Home* (Biro Humas Kementerian Perindustrian, 2020) .

Penelitian mengenai hubungan stres kerja terhadap kinerja karyawan pernah diteliti sebelumnya oleh (Cindy et al., 2020) yang menyebutkan stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. Hal ini berarti semakin rendah

stres kerja, semakin baik komunikasi dan lingkungan kerja maka akan mampu meningkatkan kinerja karyawan. Penelitian lainnya mengenai hubungan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan dilakukan oleh (Polakitang et al., 2019), (Dinsar, 2020) dan (Dinsar, 2020) yang menyebutkan lingkungan kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan. Yang artinya semakin kondusif lingkungan yang ada pada suatu perusahaan, akan turut serta meningkatkan kinerja dan produktifitas karyawan.

Penelitian terdahulu diatas menunjukkan bahwa faktor stres kerja dan lingkungan kerja merupakan faktor yang menjadi pertimbangan karyawan dalam meningkatkan kinerja karyawan, oleh karena itu pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja karyawan yang meliputi stres kerja dan lingkungan kerja perlu untuk diketahui oleh PT. Rx Relaxology di Kupang Nusa Tenggara Timur agar dapat memenuhi kebutuhan kinerja karyawan sebaik mungkin kedepannya.

Kebaharuan penelitian yang sekarang dibandingkan yang terdahulu meskipun mengangkat variabel yang sama seperti stres kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan, namun pada penelitian ini memberikan gambaran tambahan yaitu adanya pandemic covid-19 yang memberikan dampak tersendiri bagi seluruh lapisan masyarakat dan seluruh sector kehidupan. Adanya pandemi Covid-19 sejak September 2019 hingga sekarang Agustus 2022 masih berlangsung. Menurunnya omset pendapatan perusahaan serta adanya beberapa kebijakan terkait pembatasan lingkungan seperti *social distancing* dan mengurangi adanya kerumunan membuat beberapa perusahaan atau bidang usaha

harus tutup sementara waktu. Adanya kebijakan mengurangi kegiatan selain yang bergerak di sector keuangan/perbankan, Kesehatan dan keamanan diwajibkan dilaksanakan secara *daring*. Meskipun dalam beberapa waktu terakhir pemerintah mulai melonggarkan kebijakan terkait *physical distancing*. Kebaharuan lainnya antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini, dari segi demografis responden. Perbedaan demografis ini tentunya juga akan mempengaruhi latar belakang karyawan dalam mengoptimalkan kinerja.

Pentingnya dilakukan penelitian ini guna untuk menunjukkan adanya inkonsistensi antara hasil penelitian terdahulu dengan seluruh data yang mendukung utamanya hubungan Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur supaya dapat ditarik suatu kebijakan baru yang akan digunakan untuk memperbaiki manajemen, serta faktor apa saja yang dapat diupayakan dengan segera untuk kelangsungan perusahaan yang lebih baik. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan, maka dapat diidentifikasi beberapa pertanyaan yang muncul seperti berikut:

1. Apakah stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur?

2. Apakah lingkungan kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur?
3. Apakah stres kerja dan lingkungan kerja secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur.
2. Untuk mengetahui pengaruh lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur.
3. Untuk mengetahui stres kerja dan lingkungan kerja secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Perusahaan**

Dapat memberikan pemahaman bagi perusahaan mengenai kondisi pengaruh stres kerja dan lingkungan kerja secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT. RX

Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur. Yang nantinya dapat dijadikan sebagai pertimbangan untuk memberikan kebijakan pada kemajuan perusahaan.

## 2. Manfaat Teoritis

### a. Bagi Kalangan Akademisi

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat digunakan sebagai bahan kajian teoritis dan referensi untuk penelitian selanjutnya.

### b. Bagi Penulis Lain

Diharapkan dapat mempertimbangkan kelebihan dan kelemahan yang mungkin ditemukan dalam penelitian ini, apabila ke depan ingin melakukan penelitian sejenis.