

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia bisnis, strategi merupakan hal yang penting untuk menghasilkan pencapaian dalam pekerjaan. Dari strategi tersebutlah memunculkan berbagai target-target perusahaan yang pada akhirnya ditugaskan kepada karyawan sesuai dengan posisinya masing-masing. Berdasarkan pada semakin tingginya tuntutan perusahaan untuk mencapai tujuan yang diinginkan oleh perusahaan, membuat seluruh jajaran karyawan harus memberikan hasil yang terbaik dari bidangnya. Banyak yang tidak sadar di dalam perusahaan beban kerja yang diberikan kepada karyawan terlalu berat sehingga membuat karyawan mengalami stres. Robbins (2006) mengemukakan bahwa stres kerja diukur melalui tuntutan tugas, tuntutan peran, tuntutan antar pribadi, struktur organisasi, dan kepemimpinan organisasi.

Menurut Handoko (2001), stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang. Berbagai macam tuntutan pekerjaan yang semakin tinggi seperti waktu kerja yang berlebih dan target harian yang besar akan menyebabkan rasa tertekan bagi para karyawannya. Hal ini akan rentan menimbulkan stres dalam menjalani pekerjaan yang diberikan perusahaan. Stres yang berlebihan dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungannya yang mengakibatkan ketidakmampuannya untuk menghadapi berbagai tuntutan terhadap dirinya secara efektif (Fincham & Rhodes (dalam Munandar, 2001)).

Zaenal dkk (2014) berpendapat stres sebagai suatu istilah payung yang merangkumi tekanan, beban, konflik, kelelahan, ketegangan, panik, *anxiety* dan kemurungan. Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir, dan kondisi seorang karyawan. Stres bisa berperan sebagai perusak prestasi kerja seperti contohnya penurunan kinerja saat bekerja. Secara sederhana hal ini berarti bahwa stres mempunyai potensi untuk mendorong atau mengganggu pelaksanaan kerja, tergantung seberapa besar tingkat stres yang dialami oleh karyawan tersebut

didalam bekerja. Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan (Mangkunegara, 2013).

Dari observasi awal yang peneliti lakukan, ditemukan suatu perusahaan pembuatan kardus yang terletak di daerah plumbon kecamatan cirebon. Proses jual beli perusahaan ini melayani antar kota, kabupaten, bahkan sampai ke luar negara. Banyaknya pesanan yang membludak membuat karyawan di perusahaan tersebut mengalami *overtime* atau lembur. Jam kerja yang melebihi batas terjadi karena tuntutan target perusahaan yang diberikan oleh atasan, jika target harian belum tercapai karyawan belum dibolehkan untuk pulang. Hal tersebut mengakibatkan karyawan mengalami rasa kelelahan yang membuat penurunan kinerja karyawan, dari permasalahan tersebut memunculkan adanya stres yang membuat pekerjaan tidak terselesaikan dengan maksimal. Efek samping yang dirasakan menjadi munculnya rasa gelisah dan tidak fokus dalam bekerja.

Agar dapat mengembalikan lagi keoptimalan dalam bekerja, perlu memperhatikan pemulihan energi yang cukup. Istirahat dan tidur yang cukup sangat penting bagi kesehatan dan pemulihan kondisi agar dapat mencapai keberhasilan kerja (Sinaga & Zalucu, 2017). Faktor-faktor penyebab beban kerja yang disebabkan pekerjaan yang dikerjakan terlalu berat sehingga mengakibatkan pengeluaran energi yang berpengaruh pada kemampuan kerja karyawan seperti faktor psikologi, aktivitas fisik, usaha waktu, performa, dan tingkat frustrasi. Faktor pemulihan energi sangat penting diperhatikan karena selama proses kerja terjadi kelelahan fisiologis dan kelelahan psikologis. Salah satu dampak buruknya adalah mempengaruhi kemampuan seseorang untuk penerimaan informasi, gangguan komunikasi mencerna pesan yang berakibat pada produktivitas dan kemampuan kerja menurun. Hal ini bisa kembali dipulihkan dengan berlibur atau hanya rehat sejenak dari dunia pekerjaan dengan mengambil cuti (Fuadi, 2019).

Meluangkan waktu untuk menghilangkan pikiran jenuh karena banyak memikul beban pekerjaan yang dituntut perusahaan, sehingga kondisi tubuh sudah tidak lagi baik untuk bekerja. Sebaiknya mengambil cuti untuk beristirahat dan berlibur atau hanya rehat sejenak dari dunia pekerjaan yang dapat memberikan manfaat menyegarkan pikiran jenuh akibat pekerjaan, serta meningkatkan kembali

semangat dan produktivitas dalam bekerja. Hak atas cuti dapat diartikan sebagai hak untuk ketidakhadiran sementara atau tertentu beserta keterangan dari pihak yang bersangkutan. Pemberian hak cuti bagi instansi atau perusahaan yang mempekerjakan pekerja bersifat wajib serta perusahaan wajib memberikannya bagi karyawan tanpa pengurangan atau pemotongan gaji (Pambudi & Najicha, 2022).

Cuti atau mengambil libur sementara mempunyai dampak yang baik bagi kesehatan, seperti mengistirahatkan badan dan mengurangi rasa stres yang ditimbulkan dari kegiatan selama di perusahaan, menjadikan pikiran lebih tenang, sehingga saat kembali bekerja produktivitas kembali normal. Cuti adalah keadaan tidak masuk kerja yang diizinkan dalam jangka waktu tertentu. Tujuan pemberian cuti adalah dalam rangka usaha menjamin kesegaran jasmani dan rohani (Jeflin & Afriansyah, 2020). Pada dasarnya, karyawan bisa mengajukan cuti ketika menghadapi keadaan tertentu yang menghalang pekerjaannya. Hak setiap karyawan untuk mendapatkan cuti dan istirahat ini diatur dalam Undang-Undang (UU) Nomor 13 Tahun 2003 pasal 79 Ayat (2) tentang Ketenagakerjaan (UU Ketenagakerjaan).

Cuti dapat digunakan oleh pegawai untuk tidak hadir bekerja dengan alasan tertentu, misalnya istirahat karena sakit, melahirkan, menunaikan kewajiban agama, dan keperluan lain sesuai dengan ketentuan cuti pada masing-masing perusahaan atau instansi. Dengan pengelolaan cuti yang sangat baik, perusahaan atau instansi diharapkan dapat menjaga performa pegawainya (Rizki & Pasabiru, 2021). Dapat disimpulkan bahwa cuti kerja adalah waktu dimana karyawan tidak bekerja dalam waktu tertentu ketika menghadapi keadaan tertentu. Saat pengambilan cuti kerja tidak harus dipakai untuk liburan keluar kota atau luar negeri, bisa juga dengan melakukan *hangout* bersama teman, istirahat di rumah, belanja atau menghabiskan waktu bersama keluarga.

Menurut Sukadji (dalam Triatmoko, 2007) orang yang menggunakan waktu secara efisien akan memperoleh banyak keuntungan, misalnya karyawan dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan tepat waktu, sehingga ada waktu untuk memulihkan kebugaran fisik dan mental, rekreasi, dan interaksi sosial. Manfaat mengisi waktu luang menurut (Sukadji 2007) yaitu bisa meningkatkan

kesejahteraan jasmani, meningkatkan kesegaran mental, emosional, pelampiasan ekspresi, keseimbangan jasmani, mental, intelektual, dan spiritual, maupun estetika. Dengan demikian memanfaatkan waktu cuti dengan benar mampu meningkatkan daya tubuh dan mengembalikan konsentrasi dan fokus pada pekerjaan yang sedang dilakukan.

Alasan pemilihan topik ini adalah peneliti ingin mengetahui informasi yang berkaitan dengan cuti kerja terhadap pengurangan stres dan beragam informasi tentang karyawan yang bekerja pada CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon. Dari permasalahan yang diketahui, peneliti dan mengambil kesimpulan serta memberikan saran, agar permasalahan yang ada di perusahaan dapat diselesaikan sesuai dengan tata cara yang terkait dengan peraturan di lingkungan perusahaan, khususnya mengenai cuti karyawan CV. Jangkar Emas. Dengan demikian, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul **“Dampak Cuti Kerja Terhadap Pengurangan Stres Pada Karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon”**.

## **B. Perumusan Penelitian**

### **1. Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan latar belakang masalah diatas, masalah yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- b. Faktor yang membuat karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaen Cirebon mengalami stres.
- c. Beban kerja yang megakibatkan munculnya stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- d. Gejala stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- e. Cuti kerja sebagai alternatif mengurangi stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- f. Solusi yang membuat karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon mampu mengurangi stres.

## 2. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini akan dibatasi pada pembahasan tentang “Dampak Cuti Kerja untuk Mengurangi Stres pada Karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon” sebagai berikut:

- a. Penerapan cuti kerja pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- b. Gambaran stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- c. Dampak pengambilan cuti kerja terhadap pengurangan stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

## 3. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka pertanyaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana penerapan cuti kerja pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon?
- b. Bagaimana gambaran stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon?
- c. Bagaimana dampak cuti kerja untuk mengurangi stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan persoalan yang telah dikemukakan diatas maka tujuan dari penelitian ini ialah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui dan menganalisa penerapan cuti kerja pada karyawan di CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- b. Untuk mengetahui dan menganalisa gambaran stres yang dirasakan karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
- c. Untuk mengetahui dan menganalisa dampak cuti kerja untuk mengurangi stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

## **D. Manfaat/Kegunaan Penelitian**

Dalam penelitian ini mempunyai beberapa manfaat, baik manfaat secara teoritis dan secara praktis, antara lain:

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Dapat menambah ilmu pengetahuan terutama dalam masalah mengatasi stres pada karyawan.
- b. Dapat menambah pengetahuan calon konselor untuk lebih mudah memahami masalah yang dihadapi klien dalam Bimbingan Konseling,
- c. Dapat menambah pengetahuan penulis terhadap analisis peran cuti kerja untuk mengurangi stres pada karyawan.

### **2. Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti lain yang ingin meneruskan penelitian dengan masalah yang sama.
- b. Bagi peneliti adalah sebagai peningkatan dan sebagai persyaratan untuk mencapai gelar sarjana sosial (S.Sos) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
- c. Sebagai bahan anjuran dan pertimbangan pengambilan keputusan terkait peran cuti kerja untuk mengurangi stres di perusahaan.

## **E. Kerangka Pemikiran**

Mempermudah dan mengharuskan sebuah penelitian ini, diperlukan suatu pola atau alur pikir yang runtut dan teratur. Kerangka pikir dalam sebuah penelitian ini merupakan pengembangan peneliti didasarkan pada hubungan peranan cuti kerja pada stres kerja. Kerangka berpikir ini dapat dilihat pada gambar. Kerangka berpikir ini akan dimulai dari adanya berbagai macam beban kerja yang diberikan perusahaan kepada karyawannya seperti deadline pekerjaan, harus maksimal dalam bekerja, dan lain-lain. Adanya beban kerja dapat menimbulkan stres kerja dalam pekerjaannya.

Menurut Ivancevich dan Matteson seperti yang dikutip oleh Luthans (2011), mengatakan bahwa, "*although there are numerous definitions and much debate*

*about the meaning of job stress, Ivancevich and Matteson define stress simply as “the interaction of the individual with the environment,” but then they go on to give a more detailed working definition, as follows: “an adaptive response, mediated by individual differences and / or psychological process, that is a consequence of any external (environmental) action, situation, or even that places excessive psychological and/or physical demands on a person”.*

Meskipun ada banyak pengertian dan perdebatan tentang arti dari stres kerja, stres secara sederhana didefinisikan sebagai interaksi antara individu dengan lingkungan. Kemudian secara lebih detil stres diartikan dalam pengertian pekerjaan, sebagai sebuah respon adaptif yang dimediasi oleh perbedaan individu dan atau proses psikologi, sebagai akibat dari aksi lingkungan, situasi atau peristiwa yang menyebabkan tuntutan fisik dan atau psikologi secara berlebihan terhadap seseorang. Dapat peneliti simpulkan Stres kerja adalah respon adaptif seseorang terhadap tuntutan fisik dan atau psikologi terhadapnya sebagai akibat dari interaksinya dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya dengan indikator yaitu tekanan, kesulitan, ketidaknyamanan, kelelahan, dan ketakutan.

Ketika seseorang kurang istirahat menyebabkan mudah marah, tertekan, dan seseorang kesusahan dalam mengendalikan kondisi tubuh yang sudah tidak lagi seperti biasa dan tidak mampu bekerja dengan baik, pentingnya untuk mengambil cuti kerja dengan memberikan waktu luang khusus untuk istirahat, dan berlibur untuk menyegarkan pikiran karyawan. Menurut komunitas kesehatan non profit di Amerika, cuti dapat meringankan stres dan rasa gelisah sehingga peranan cuti kerja didalam pekerjaan sangat penting sekali dan berpengaruh dalam mengurangi stres kerja dan kejenuhan yang di alami oleh karyawan.

Karyawan merupakan aset bagi perusahaan untuk dapat menjalankan aktivitas perusahaan untuk mencapai kepentingan bisnis dan keuntungan perusahaan. Sehingga tidak ada salahnya jika karyawan mengambil cuti ditengah kepenatan dalam bekerja. Karena berbagai macam tuntutan yang diberikan perusahaan semakin tinggi untuk mencapai tahap yang maksimal akan menimbulkan rasa tertekan bagi para karyawannya. Sehingga diharapkan ketika mengambil cuti kerja, karyawan kembali bisa bekerja secara maksimal dan berkurang stres kerja

karyawannya. Dalam penelitian ini mencoba meneliti dampak cuti kerja untuk mengurangi stres pada karyawan, pada kerangka berfikir ini dapat dilihat bahwa:



**Gambar 1.1**  
**Kerangka Pemikiran Penelitian**

#### **F. Signifikansi Penelitian**

Signifikansi penelitian merupakan dampak dari tercapainya tujuan penelitian. Secara garis besar, signifikansi penelitian terdiri atas signifikansi ilmiah yang diarahkan pada pengembangan ilmu atau kegunaan teoritis dan signifikansi praktis, yaitu membantu memecahkan dan mengantisipasi masalah yang ada pada objek yang diteliti. Penelitian yang dilaksanakan dapat memberikan kontribusi kepada perkembangan ilmu psikologi atau konseling khususnya masalah kesehatan mental. Diantaranya adalah bagaimana cuti kerja memanfaatkan hal untuk mengurangi stres.

Penelitian ini dapat menyediakan perbaikan yang ditawarkan oleh hasil penelitian, dalam penelitian ini peneliti dapat menjabarkan bagaimana solusi untuk mengurangi stres yang dialami pada karyawan untuk menjaga kesehatan mental karyawan guna meningkatkan kinerja dan hasil yang lebih maksimal dalam pekerjaan. Artinya hasil penelitian yang peneliti laksanakan dapat menjadikan bahan evaluasi dan pertimbangan perusahaan dalam mengambil atau menyusun suatu kebijakan. Selain itu, penelitian tidak hanya bermanfaat pada konteks pengembangan kebijakan teori dan praktik, melainkan dapat memberikan

kontribusi terhadap lahirnya suatu tindakan baru untuk CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon yang lebih memperhatikan kesehatan mental para karyawannya.

## **G. Pendekatan dan Metode Penelitian**

### **1. Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Moeloeng (2006) pendekatan kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati. Penerapan pendekatan kualitatif dengan pertimbangan kemungkinan data yang diperbolehkan di lapangan berupa data dalam bentuk fakta yang perlu adanya analisis secara mendalam. Maka pendekatan kualitatif akan lebih mendorong pada pencapaian data yang bersifat lebih mendalam terutama dengan keterlibatan peneliti sendiri di lapangan. Dalam penelitian kualitatif, peneliti menjadi instrumen utama dalam pengumpulan data yang dapat berhubungan langsung dengan instrument atau objek penelitian. Lalu data yang didapat dianalisis pada format teks. Hasil analisis dapat berupa penggambaran atau deskriptif berupa argumentasi. Hasil dari penelitian kualitatif dituangkan dalam bentuk laporan tertulis. Hasil penelitian kualitatif sangat dipengaruhi oleh pemikiran, ide dan pengetahuan peneliti sebagai data yang diinterpretasikan oleh peneliti.

### **2. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode penelitian merupakan sebuah strategi untuk mendapatkan data secara ilmiah dengan maksud atau kegunaan tertentu (Sugiyono, 2020). Secara filosofis, metode penelitian juga merupakan bagian dari kerja kajian filsafat ilmu. Yakni, ilmu pengetahuan yang mempelajari prosedur-prosedur proses kerja dalam rangka mencari kebenaran (filsafat epistemologi). Metode deskriptif secara garis besar merupakan kegiatan penelitian yang hendak membuat gambaran atau mencoba mencandra suatu peristiwa atau gejala secara sistematis, faktual dengan penyusunan yang akurat (Supardi, 2005).

Metode ini digunakan karena beberapa pertimbangan yaitu metode deskriptif lebih bisa dan mudah menyesuaikan apabila berhadapan dengan kenyataan ganda, metode ini menyajikan hakekat hubungan antara peneliti dan responden secara langsung. Metode ini lebih peka sehingga dapat menyesuaikan diri dan banyak penajaman pengaruh bersama terhadap pola-pola nilai yang dihadapi peneliti (Tanzeh dan Suyitno, 2006). Penelitian diarahkan untuk mendapatkan fakta-fakta yang berhubungan dengan cuti kerja terhadap stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

### **3. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### a) Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon yang beralamat di Blok. Ketileng, Desa Kebarepan, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon. Jawa Barat. 45155

#### b) Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian berlangsung selama 3 bulan pada bulan Desember-Februari 2023.

### **4. Penentuan Sumber Informasi/Informan**

Sumber data pada penelitian merupakan bagian yang sangat penting, karena berkaitan dengan kualitas dari hasil penelitian. Sumber data yang digunakan dalam proses penelitian adalah sebagai berikut:

#### a. Data Primer

Data primer merupakan hasil yang berasal dari informan pertama baik dari individu, wawancara atau pengisian survei. Pada penelitian ini, data utama didapatkan dari hasil wawancara serta observasi pada narasumber. Menurut Istijanto (2005), data primer adalah data mentah yang dikumpulkan oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan penelitian yang spesifik. Data primer tersedia karena penelitian serupa belum pernah dilakukan sebelumnya atau temuan penelitian lain sudah ketinggalan zaman. Data utama penelitian ini berasal dari hasil wawancara dengan banyak informan yang ditentukan secara cermat karena peneliti memilih

narasumber dengan menggunakan kriteria yang jelas di CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

Data primer yang diperoleh pada penelitian ini berupa hasil dari wawancara dengan informan yaitu owner, manajer, dan karyawan CV. Jangkar Emas. Total informan pada penelitian ini berjumlah 7 orang. Penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Menurut Sugiyono (2010) teknik *purposive sampling* merupakan metode guna memastikan ilustrasi riset dengan sebagian pertimbangan tertentu yang bertujuan supaya informasi yang diperoleh nantinya dapat lebih representatif. Alasan peneliti menggunakan teknik purposive sampling yaitu dengan tujuan mengambil data informan atau narasumber sesuai dengan tema penelitian dan memiliki informasi yang diperlukan bagi penelitian. Karakteristik informan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Manajer Sumber Daya Manusia CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.
  - 2) Karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon yang sering mengajukan cuti.
  - 3) Karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon yang sedang mengalami stres di perusahaan.
- b. Data Sekunder

Data sekunder ialah sebuah data atau informasi yang diperoleh dari orang lain berupa laporan, buku, dan media lain untuk mendukung pembahasan (Arikunto, 2006). Sumber sekunder yang dibutuhkan pada penelitian ini dikumpulkan dari buku, literatur, artikel dan sumber lain yang relevan dan dapat ditafsirkan bagi penelitian ini. Sehubungan dari penjelasan tersebut, seperti halnya sumber data yang digunakan oleh peneliti, saya menggunakan sumber data primer untuk mendapatkan informasi atau data yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

Sumber data ialah data atau gosip yang diperoleh secara tidak eksklusif berasal suatu subjek. Peneliti memperoleh data sekunder dari buku, artikel,

jurnal ilmiah, penelitian sebelumnya, dan data tambahan tentang topik lain yang terkait dengan penelitian.

## **5. Unit Analisis**

Unit analisis adalah fokus penelitian yang dapat berupa individu, kelompok, objek, tempat, dan lain-lain yang sesuai dengan fokus penelitian (Pratama, dalam Pangestu 2022). Dalam penjelasan lain, unit analisis didefinisikan sebagai yang terkait dengan fokus atau komponen yang diselidiki. Unit analisis didefinisikan sebagai yang terkait dengan fokus atau komponen yang diselidiki. Unit analisis dilakukan oleh peneliti untuk menjaga validitas atau reabilitas penelitian.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa unit analisis artinya tempat dimana peneliti akan mengumpulkan serta memperoleh data sehingga dapat digunakan buat penelitian. Unit analisis ini dilakukan peneliti guna penelitian dapat dipertahankan. Unit analisis pada penelitian ini adalah permasalahan mengenai cuti kerja dan stres yang dialami oleh karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon. Setiap permasalahan yang ada tentunya memiliki solusi, maka dari itu dalam menghadapi stres pada karyawan peneliti juga mengkaji tentang peran cuti kerja untuk mengurangi stres pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon

## **6. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data menjadi proses terpenting pada penelitian. dalam penelitian kualitatif ini, pengumpulan data dilakukan pada kondisi alamiah, dan asal data dan metode pengumpulan datanya adalah observasi partisipan, wawancara mendalam serta pencatatan (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini peneliti memakai cara pengambilan data pribadi dari sumbernya, adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini sebagai berikut:

### **a. Observasi**

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati rekaman keadaan atau perilaku yang menyertai suatu objek sasaran (Vera, 2022). Proses evaluasi melibatkan melakukan survei yang dilakukan pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon,

Majalengka untuk melihat lebih dekat situasi, hasil karya ini adalah gambaran perilaku nyata, peristiwa, kegiatan, hal, hubungan manusia dan topik penelitian. Observasi dalam penelitian ini adalah observasi mendalam terhadap bentuk peraturan dalam melakukan cuti kerja dan melakukan penanganan terhadap stres kerja yang terjadi pada karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon, Majalengka.

Penelitian yang berlangsung dilokasi semua panca indera penglihatan, penciuman, pendengaran, sentuhan dan rasa digunakan dalam penelitian untuk mendapatkan informasi yang diperlukan. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini mempertimbangkan penjelasan di atas sebagai observasi partisipan, yaitu dengan mengamati langsung kegiatan PT. Bintang Sukses Baru terkait penelitian yang dilakukan. Pengamatan atau observasi dilakukan pada saat jam istirahat CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon. Peneliti mengkaji kegiatan layanan, lokasi, partisipasi peserta, dan konten lain yang relevan dengan observasi yang peneliti lakukan.

b. Wawancara (Interview)

Wawancara ialah sebuah proses komunikasi dan diskusi. Metode ini digunakan untuk memperoleh info berasal responden melalui pertanyaan yang dijawab langsung. Tujuan dari wawancara ini merupakan untuk memperoleh data akurat serta sah yang berasal dari orang-orang yang dijadikan sebagai informan. Wawancara menggunakan pedoman wawancara berupa alat wawancara. Jenis wawancara yang akan peneliti lakukan selama proses pengumpulan data merupakan pertanyaan terstruktur atau terbimbing, peneliti akan menentukan info yang akan diperoleh, sehingga peneliti yang melakukan penelitian menyiapkan alat penelitian dalam bentuk tertulis pertanyaan.

Pedoman wawancara merupakan seperangkat alat bantu berupa daftar pertanyaan sebagai pedoman untuk dipertanyakan kepada narasumber didalam melakukan pengumpulan data yang berkaitan dengan fokus penelitian. Pertanyaan-pertanyaan tersebut bersifat semi terstruktur, dimana pertanyaan sudah tersusun namun peneliti masih diperbolehkan

untuk mengutarakan pertanyaan-pertanyaan tambahan yang menunjang penelitian. Wawancara langsung akan dilakukan untuk mendapatkan informasi langsung mengenai subjek penelitian dari Manajer Sumber Daya Manusia dan staf CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon dan lainnya terlibat dalam industri ini.

c. Dokumentasi

Dokumentasi sangat penting bagi pelaksanaan penelitian, dokumentasi pula sebagai studi pelengkap dari observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dokumen merupakan data tentang sesuatu berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, jurnal, tanda tangan, risalah rapat, agenda, dsb (Arikunto, 2006). Saat melakukan metode registrasi, peneliti meneliti semua mata pelajaran yang mata pelajarannya berhubungan dengan mata pelajaran yang diteliti.

Dengan adanya dokumentasi dapat digunakan sebagai sumber data tambahan yang diperlukan untuk mendukung sumber data primer dengan kegiatan pencatatan dalam bentuk foto dan catatan peristiwa masa lalu. Dokumentasi pada penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan sebuah data informasi dari objek penelitian. Alat dokumentasi pada penelitian ini berupa alat perekam yang berguna untuk merekam saat wawancara dan observasi berlangsung

## 7. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian berlangsung bersamaan dengan proses pengumpulan data. Menurut Miles & Huberman (1992) ada tiga tahap teknik analisis data yaitu sebagai berikut:

- a. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengamati atau mewawancarai informasi yang diperlukan untuk penelitian guna memperoleh data yang mendukung pengumpulan data penelitian yang dimaksud.
- b. Reduksi data merupakan proses seleksi yang menitikberatkan penyederhanaan pada catatan dari data yang dikumpulkan di lapangan, dan penemuan merupakan maksud utama penelitian kualitatif (Sugiono, 2014). Hasilnya adalah analisis di mana hal-hal tidak dianggap biasa seperti yang

lain. Proses data reduksi melibatkan pengidentifikasian, pengorganisasian, dan penyimpanan data. Identifikasi data ini dengan meninjau serta menentukan data yang diharapkan oleh peneliti. Pengolahan data dilaksanakan menggunakan cara mengumpulkan data sesuai dengan pertanyaan penelitian.

- c. Penyajian data ialah tindakan pengumpulan informasi pada bentuk tertulis atau bagan untuk menjelaskan pemahaman atas info yang sudah diisi dan kemudian menyajikannya melalui interpretasi.

Analisis data yang dipergunakan dalam penelitian ini ialah analisis deskriptif, yang ialah pendekatan data-driven. Data yang diperoleh terlebih dahulu dikumpulkan, diinterpretasikan dan dianalisis (Winarso, 1980) dimana peneliti mengumpulkan data dari wawancara karyawan CV. Jangkar Emas Kabupaten Cirebon.

## **H. Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang mungkin berkaitan dengan penelitian yang harus peneliti lakukan. Penelitian terdahulu juga merupakan salah satu aspek untuk dapat memberikan referensi tertulis dalam mengkaji penelitian. Berikut ini adalah penelitian yang menjadi acuan bagi peneliti dalam melakukan dan meneliti:

1. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Cakorda Istri Inten Purwaningsih & Gede Sri Darma dengan judul “Menelisik Stres Kerja Tenaga Kesehatan Dimasa Pandemi Covid-19 di Rumah Sakit”.

Dilaksanakan pada tahun 2021 dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian tersebut bertujuan untuk meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi stres tenaga kesehatan dalam menangani covid-19, faktor-faktor yang dimiliki tenaga medis untuk ketahanan terhadap stres dalam menangani covid-19 di rumah sakit, hambatan tenaga kesehatan dalam menangani pasien covid 19 di ruang isolasi rumah sakit. Penelitian tersebut dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cakoda Istri Inten Purwaningsih & Gede Sri Darma dapat disimpulkan bahwa pentingnya peran organisasi dalam hal ini secara spesifik adalah rumah sakit untuk mengambil andil dalam mengatasi stres yang dialami tenaga kesehatan yang bertugas dengan menerapkan manajemen stress di tempat kerja seperti melakukan perbaikan atau peningkatan komunikasi secara vertikal maupun horizontal pada manajemen rumah sakit, menyediakan sarana dan prasarana yang dapat mengurangi rasa stress tenaga medis seperti membuat jadwal olahraga atau meditasi bersama, membangun fasilitas olahraga bagi tenaga kesehatan dan pekerja di rumah sakit.

Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang stres kerja. Sedangkan perbedaannya adalah subjek penelitian. Subjek yang digunakan dalam penelitian terdahulu tenaga kesehatan rumah sakit, sedangkan yang akan dilakukan peneliti adalah karyawan dan manajer sumber daya manusia CV. Jangkar Emas.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Amna Cholishoh, dengan skripsinya yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus PT. Indoexim International) dari Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dilaksanakan pada tahun 2021 dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian tersebut mempunyai tujuan untuk memperoleh data tentang pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap kinerja karyawan serta melihat seberapa besar pengaruh yang diberikan oleh variabel independen terhadap variabel dependen yaitu kinerja karyawan.

Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Amna Cholishoh dapat disimpulkan bahwa Terjadi pengaruh antara variabel beban kerja kepada kinerja karyawan, hal tersebut dapat dilihat dari uji t berdasarkan nilai taraf signifikansi 0,05 dengan nilai koefisien beta  $-0.300$ . dengan kata lain bahwa H1 diterima dengan pernyataan “terdapat pengaruh negatif beban kerja kepada kinerja karyawan pada PT. Indoexim International”. Berdasarkan hasil

uji t (parsial) variabel stres kerja memberikan pengaruh kepada kinerja karyawan dengan melihat probabilitas dari variabel stres kerja 0.002 lebih rendah dari nilai taraf signifikansi 0.05 dengan nilai koefisien beta-.620. dengan kata lain bahwa H2 diterima dengan pernyataan "terjadi pengaruh negatif yang diberikan variabel stres kerja kepada kinerja karyawan".

Persamaan dari penelitian terdahulu dan yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sama sama mengkaji tentang stres kerja. Sedangkan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti adalah metode penelitian. Pendekatan yang dilakukan oleh penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Sampel yang digunakan pada peneliti Amna Cholishoh adalah karyawan PT. Indoexim Internasional, sedangkan yang akan dilakukan peneliti yaitu Manajer Sumber Daya Manusia dan Karyawan CV. Jangkar Emas Cirebon.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Setiyo Utomo dengan judul "Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa".

Dilaksanakan pada tahun 2019 dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan stres kerja secara parsial dan secara simultan terhadap kinerja karyawan pada PT. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa. Adapun sampel yang digunakan adalah sebanyak 45 orang yang merupakan karyawan PT. Mega Auto Finance Cabang di Langsa. Analisis data menggunakan persamaan regresi linier berganda dan pembuktian hipotesis dengan menggunakan uji t, uji F dan koefisien determinasi ( $R^2$ ).

Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu terdapat hasil persamaan regresi linier berganda diketahui beban kerja berpengaruh negatif terhadap kinerja dan stres kerja berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan pada PT. Mega Auto Central Finance Cabang Langsa. Hasil Uji t diperoleh pada variabel beban kerja berpengaruh tidak signifikan terhadap kinerja dan stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja. Selanjutnya hasil uji F diketahui

bahwa secara bersama-sama beban kerja dan stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT. Mega Auto Central Cabang di Langsa. Hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) diperoleh 0,263 atau 26,3% variabel beban kerja dan stres kerja memberikan pengaruh kinerja PT. Mega Auto Central Finance Cabang Langsa dan sisanya sebesar 73,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini seperti kompensasi, disiplin dan gaya kepemimpinan.

Persamaan dari penelitian terdahulu dan yang akan dilakukan peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang stres dan beban kerja. Sedangkan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah metodologi penelitian pada penelitian terdahulu menggunakan kuantitatif dengan analisis persamaan regresi linier berganda, sedangkan yang ingin dilakukan peneliti pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Tempat penelitian yang diteliti Setiyo Utomo yaitu PT. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa, sedangkan tempat penelitian yang akan diteliti peneliti adalah CV. Jangkar Emas Cirebon.

## **I. Sistematika Penelitian**

Sistematika penelitian yang dimaksudkan untuk memberikan gambaran secara keseluruhan mengenai hal-hal yang akan diuraikan dalam skripsi ini. Adapun sistematika dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**BAB I PENDAHULUAN**, dalam bab ini akan diuraikan secara garis besar mengenai permasalahan penelitian yang meliputi latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka berfikir, signifikansi penelitian, metode penelitian dan literatur review.

**BAB II LANDASAN TEORI**, Pada bab ini akan dijelaskan mengenai tinjauan pustaka yang berisikan teori-teori yang digunakan, antara lain teori peranan, teori cuti kerja, teori stres kerja, teori cuti kerja karyawan dalam mengurangi stress kerja karyawan.

**BAB III PROFIL LEMBAGA PENELITIAN**, dalam bab ini menguraikan tentang profil lembaga penelitian, letak strategis tempat penelitian, visi misi, struktur organisasi dll, yang berhubungan tentang tempat penelitian.

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**, Pada bab hasil penelitian dan pembahasan dijelaskan mengenai hasil dari penelitian dan membahas hasil yang didapatkan yang terdiri dari analisis data, dan pembahasan.

**BAB V PENUTUP**, dalam bab ini mencakup kesimpulan dan saran yang akan menyimpulkan dari hasil penelitian yang akan dituangkan dalam pembahasan dan saran dari penulis terhadap temuan dalam penelitian yang penulis temukan dilapangan.

#### J. Rencana Waktu Penelitian

Rencana waktu penelitian akan dilaksanakan pada awal semester ganjil pada tahun ajaran 2022/2023. Adapun rencana waktu penelitian tersebut diuraikan dalam tabel berikut:

**Tabel 1.1**

**Tabel Rencana Waktu Penelitian**

No	Kegiatan	Waktu Penelitian											
		Desember				Januari				Februari			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Persiapan Penelitian	■	■										
2.	Perizinan Penelitian			■	■								
3.	Pengumpulan Data					■	■						
4.	Analisis Data							■	■	■			
5.	Penyusunan Laporan									■	■	■	■