

Hubungan Efikasi Diri dengan Stres Kerja pada Petani Tembakau di Kecamatan Kalisat-Jember

(Correlation between Self Efficacy and Occupational Stress of Tobacco Farmer in District Kalisat-Jember)

Alfia Andriyani, Emi Wuri Wuriyaningsih*, Enggal Hadi K
Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Jl. Kalimantan No.37 Kampus Tegal Boto Jember
*e-mail: [*emiwuryaningsih.unej@gmail.com](mailto:emiwuryaningsih.unej@gmail.com)

Abstract

The increase in self-efficacy in tobacco farmers has an important role related to occupational stress management. This research aimed to analyze the correlation between the self-efficacy with the occupational stress of tobacco farmers in sudistrict Kalisat Regency Jember. The method of this research was a cross sectional study with 100 tobacco farmers using cluster sampling technique. The study was conducted in April in Kalisat District, Jember Regency. Bivariate analysis used Pearson correlation ($\alpha < 0.1$; CI = 90%). The research instrument of self-efficacy used GSE (General Self-Efficacy) with α cronbach =0.76-0.9 and DASS (Depression Anxiety Stress Scale) with α cronbach=0.88. This research has passed the research feasibility through the Health Research Ethics Commission (KEPK) of the Faculty of Dentistry, University of Jember No. 270/UN 25.8./KEPL/DL. The results showed high self efficacy (30,31%) low occupational stress (17,39%). The results of univariate analysis showed high self-efficacy with an average value of 30,31% (sd= 5,75) and low occupational stress with an average value of 17,39 (sd=5,79). The results of bivariate analysis showed that there was a significant relationship between self-efficacy and occupational stress with Pearson correlation values $p < 0,000$ ($\alpha < 0.1$; CI = 90%). Behavior showed by the tobacco farmers is that they highly believe themselves to work in tobacco farm. One who has high self-efficacy is able to overcome occupational stress. The results of this study are expected to help to improve occupational health services. This functioned to maintain and improve the health status of tobacco farmers.

Keyword : *Self efficacy, occupational stress, tobacco farmer*

Abstrak

Peningkatan efikasi diri pada petani tembakau memiliki peran penting untuk pengendalian stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan antara efikasi diri dengan stres kerja pada petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi *cross-sectional* yang melibatkan 100 petani tembakau dan menggunakan teknik cluster sampling. Penelitian dilakukan pada bulan April di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. *Analisis bivariat menggunakan korelasi pearson ($\alpha < 0,1$; CI=90%)*. Instrumen penelitian yang digunakan GSE (*General Self-Efficacy*) dengan α cronbach =0.76-0.9 dan DASS (*Depression Anxietas Stress Scale*) dengan α cronbach =0.88. *Penelitian ini telah lulus kelayakan penelitian melalui Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember dengan No. 270/UN 25.8./KEPL/DL. Hasil analisis univariat menunjukkan efikasi diri tinggi dengan nilai rata-rata 30,31% (sd= 5,75) dan stres kerja rendah dengan nilai rata-rata 17,39 (sd=5,79). Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan stres kerja dengan nilai korelasi pearson $p < 0,000$ ($\alpha < 0,1$; CI=90%). Sikap yang ditunjukkan oleh petani tembakau memiliki keyakinan yang tinggi dalam dirinya untuk bekerja pada pertanian tembakau. Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi maka mampu mengatasi stres kerja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk peningkatan pelayanan kesehatan kerja.*

Kata kunci: Efikasi diri, Stres kerja, Petani tembakau.

Pendahuluan

Kabupaten Jember memiliki luas lahan pertanian mencapai 86114 ha atau 7,32%. Pada tahun 2016 [1], Kabupaten Jember Kecamatan Kalisat memiliki luas pertanian tembakau terluas di Kabupaten Jember yaitu dengan luas mencapai 2855 ha atau 2,85% dengan produksi tanaman tembakau mencapai 2438,8 ton [2]. Oleh sebab itu, masyarakat Kecamatan Kalisat mata pencaharian yaitu bekerja sebagai petani tembakau.

Petani akan mengalami stres kerja yang berdampak pada menurunnya kondisi kesehatan dikarenakan beban kerja yang tinggi. Oleh sebab itu, penting mengetahui aspek psikologis dalam keselamatan kesehatan kerja sebagai penunjang kesejahteraan dan peningkatan produktivitas dari tenaga kerja [3]. Permasalahan kesehatan keselamatan kerja khususnya stres kerja menunjukkan bahwa petani mengalami stres kerja mencapai 83 orang atau 48,3%. Stres kerja merupakan suatu perasaan tertekan, ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan rendah untuk melakukan pekerjaan [4].

Efikasi diri adalah suatu keyakinan dalam kapabilitas yang dimiliki oleh individu. Jika individu tersebut memiliki efikasi diri yang tinggi maka mampu untuk mengontrol dengan baik kejadian-kejadian yang datang dan tindakan yang dilakukan menjadi efektif dikarenakan dapat memengaruhi pikiran, alam perasaan, motivasi dan kesehatan fisik seseorang dalam bertindak [5].

Upaya untuk mengatasi stres kerja pada petani tembakau yaitu sumber koping yang efektif, salah satunya adalah efikasi diri. Individu yang memiliki pekerjaan sulit dan durasi jam kerja yang panjang namun memiliki efikasi tinggi, maka tidak mudah mengalami stres kerja. Efikasi yang tinggi memiliki motivasi, keyakinan yang tinggi dan kemampuan untuk mengatasi menyelesaikan tugas tersulit. Selain itu, mampu untuk mengontrol stresor dan ancaman yang datang [6].

Peneliti melakukan wawancara kepada Penyuluh Lapangan Pertanian (PLP) Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember tentang stres kerja yang terjadi pada petani tembakau. Hasil yang diperoleh meliputi terjadinya beban kerja terlalu tinggi dengan waktu yang cukup panjang menimbulkan kelelahan dan kekuatan fisik menurun. Selain itu, peneliti mendapat hasil wawancara tentang gagal panen tembakau disebabkan cuaca ekstrem. Pada musim kemarau, daun tembakau cenderung kering dan layu, sedangkan pada musim hujan daun tembakau cenderung basah sehingga mudah

diserang penyakit. Gagal panen juga disebabkan hama ulat yang mengakibatkan daun lubang dan rusak, sehingga tidak laku dijual dan merugi.

Pada permasalahan yang telah disebutkan diatas, petani tembakau di Kecamatan Kalisat memiliki stres kerja yang tinggi dengan disebabkan berbagai faktor pencetus akibat gagal panen. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan stres kerja pada petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.

Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah petani tembakau yang tergabung dalam gapoktan (Gabungan Kelompok Tani). Kriteria inklusi subjek penelitian pemilik lahan atau buruh tani, mempunyai pekerjaan sampingan, dan berusia 25-65 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability* sampling dengan *cluster sampling*, besar sampel sebanyak 100 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah GSE (*General Self efficacy*) untuk mengukur efikasi diri pada petani tembakau. Uji validitas dan reabilitas sudah dilakukan pada kuesioner ini dengan rentang *alpha cronbach* 0,76-0,90 [7]. Instrumen DASS 42 (*Depression, anxiety, stress scale*) untuk mengukur stres kerja pada petani dengan nilai uji validitas dan reabilitas dengan *cronbach's alpha* 0.88 [8]. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *pearson test* ($\alpha=0,1$) untuk mengetahui hubungan antar kedua variabel. Etika penelitian ini dilakukan dengan uji kelayakan etik di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember dengan No. 270/ UN 25.8./KEPL/DL.

Hasil Penelitian

Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian ditunjukkan pada table 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Petani Tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (n=100)

Variabel	n	(%)
Umur (mean ± sd)	44.10 (Tahun) ± (1.06)	
Lama Kerja (mean ± sd)	18.62 (Tahun) ± (1.11)	
Jumlah Pengalaman Gagal Panen (median; min-max)	5.00 ; (20-35) (Kali)	
Jenis Kelamin		
Laki-laki	45	(45.0)
Perempuan	55	(55.0)
Tingkat Pendidikan		
SD	67	(67.0)
SMP	10	(10.0)
SMA	20	(20.0)
PT	3	(3.0)
Jenis Petani Tembakau		
Pemilik	42	(42.0)
Buruh Tani	58	(58.0)

Catatan : Standar Deviasi (SD)

Sumber : Data Primer Peneliti, April 2019

Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi responden di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember berdasarkan umur petani tembakau memasuki umur dewasa dengan didapatkan rata-rata umur ± 44 tahun. Petani tembakau memiliki pengalaman gagal panen 5 kali selama bekerja dengan lama kerja selama <18 tahun dikarenakan jumlah penduduk dengan tingkat pendidikan SD yang tertinggi mencapai 67 responden, selain itu petani tembakau didominasi oleh buruh tani dan perempuan, dimana disebabkan pemilik lahan pada pertanian tembakau membutuhkan banyak buruh tani untuk bekerja dan peran perempuan sebagai buruh tani agar dapat membantu suami untuk mencari nafkah dalam keluarga.

Efikasi Diri Petani Tembakau

Tabel 2. Nilai Rerata dan Indikator Efikasi Diri pada Petani Tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (n=100)

Indikator	Mean	SD
Efikasi Diri	30.31	5.75
Level	3.06	0.67
Strength	3.08	0.69
Generalisasi	2.97	0.61

Catatan : Standar Deviasi (SD)

Sumber : Data Primer Peneliti, April 2019

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi responden menurut efikasi diri petani tembakau Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember memiliki efikasi tinggi adalah 30,31 (sd=5.75). Pada indikator efikasi diri yang meliputi *level*, *strength*, dan *generalisasi* yang memiliki nilai rata-rata paling tinggi adalah indikator *strength* sedangkan indikator terendah adalah pada indikator *generalisasi*.

Stres Kerja Petani Tembakau

Tabel 3. Rerata Stres Kerja dan Indikator Stres kerja pada Petani Tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (n= 100)

Indikator	Mean	SD
Stres Kerja	17.39	8.07
Gejala Fisik	1.20	0.67
Gejala Psikologis	1.30	0.64
Gejala Perilaku	1.21	0.60

Catatan : Standar Deviasi (SD)

Sumber : Data Primer Peneliti, April 2019

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa distribusi responden pada stres kerja petani tembakau Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember memiliki stres kerja rendah adalah 17,39 (sd=8.07). Pada indikator stres kerja yang meliputi gejala fisik, psikologis, dan perilaku yang memiliki nilai rata-rata paling tertinggi adalah gejala psikologis, sedangkan indikator terendah adalah pada indikator gejala fisik.

Hubungan Efikasi Diri dengan Stres Kerja

Tabel 4. Analisis hubungan efikasi diri dengan stres kerja pada petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (April, 2019; n = 100)

Variabel	p-value	R
Efikasi Diri	0.000	-0.419
Stres Kerja		

Sumber: Data Primer (April, 2019)

Tabel 4 menunjukkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji korelasi *pearson* dengan tingkat kemaknaan $p \leq \alpha$, dalam hal ini didapatkan hasil $p \leq 0,000$ menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan stres kerja. Nilai koefisien korelasi (r)= -0,419 menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan hubungan sedang. Semakin tinggi efikasi diri pada petani maka stres kerja yang dialami akan semakin rendah dan sebaliknya.

Pembahasan

Efikasi Diri Petani Tembakau

Efikasi diri petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember hasil penelitian menunjukkan bahwa memiliki efikasi diri tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang membahas tentang faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *safety behaviour* petani tembakau, salah satu faktor yang berpengaruh yaitu efikasi diri, dimana efikasi diri pada petani tembakau memiliki efikasi diri pada kategori tinggi [9]. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang membahas tentang efikasi diri dengan penggunaan alat perlindungan diri (APD) pada petani, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa petani memiliki efikasi diri dengan kategori yang rendah [10].

Hasil penelitian ini diketahui bahwa petani tembakau Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember memiliki masing-masing indikator pada efikasi diri. Indikator efikasi diri menunjukkan bahwa rata-rata tertinggi terdapat pada indikator *strenght*. Indikator *strenght* adalah pengalaman yang dimiliki oleh individu berpengaruh terhadap efikasi. Pengalaman semakin tinggi maka keyakinan terhadap kemampuan semakin kuat dan teguh dalam berusaha. Selain itu, mendukung kemampuan individu untuk menghadapi kesulitan dan memberikan kekuatan [10].

Pada indikator *magnitude* yaitu tuntutan tugas memiliki tingkat kesulitan yang tinggi dimana individu mampu untuk melakukan tindakan dengan baik terhadap kesulitan maka individu mempunyai efikasi yang tinggi [10]. Peneliti berpendapat pada indikator *magnitude* berhubungan dengan tingkat kesulitan suatu tugas. Pada indikator ini perlu ditingkatkan dengan cara, tingkat kesulitan yang tinggi yang dihadapi oleh petani tembakau maka diperlukan wawasan pada permasalahan tingkat kesulitan tersebut. Peningkatan wawasan dapat dilakukan kegiatan penyuluhan di gapoktan (Gabungan Kelompok Tani) dengan tersebut petani tembakau dapat melaksanakan tugas dan dorongan untuk tidak menghindari tugas. Hal tersebut petani tembakau dapat meningkatkan kemampuan atau ketrampilan yang dapat mengatasi kesulitan tugas pada lingkup pertanian.

Pada nilai rata-rata yang paling rendah pada indikator *generalisasi*. *Generality* berpengaruh terhadap pada kemampuan meliputi motivasi, kognitif, fungsi selektif, dan fungsi afektif. Efikasi yang terbentuk pada

individu dapat memberikan dan memengaruhi terhadap fungsinya aktivitas tersebut [10].

Peneliti berpendapat indikator *generality* aspek yang berhubungan dengan tingkah laku atau atau luas tugas. Indikator ini menempati paling terendah oleh sebab itu dibutuhkan peningkatan pada motivasi untuk dapat menyelesaikan tugas pada pertanian tembakau. Peningkatan motivasi tersebut dapat dilakukan dengan dorongan sosial dan keluarga. Upaya tersebut diberikan kepada petani tembakau agar tetap berusaha dengan baik untuk mencapai seberapa luas tugas atau permasalahan yang ada pada lingkup pertanian tembakau. Petani tembakau jangan sampai putus asa ketika tidak mendapatkan cara untuk mengatasi permasalahan tembakau. Petani tembakau harus tetap berusaha, mencoba dan yakin dalam keberhasilan.

Stres Kerja Petani Tembakau

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember mengalami stres kerja yang rendah. Peneliti ini berbeda dengan penelitian yang membahas tentang tingkat stres kerja pada kelompok petani tembakau yang ngalamii gagal panen, dengan hasil penelitian menunjukkan pada 98 petani tembakau didapatkan bahwa nilai tertinggi pada tingkat stres sedang [11]. Peneliti ini juga berbeda yang membahas tentang hubungan beban kerja dengan stres pada petani tembakau lansia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa petani tembakau mengalami stres sangat parah [12].

Intervensi keperawatan yang dapat diberikan pada petani tembakau yaitu melibatkan sosial dan keluarga, informasi terkait stres diberikan, modifikasi lingkungan dan terapi relaksasi otot progresif. Upaya meningkatkan perhatian dan melibatkan sosial dan keluar menunjukkan sikap kepedulian perawat bagi petani tembakau sehingga dapat stres menurun pada petani tembakau. Informasi terkait stres diberikan kepada petani tembakau sebagai peningkatan pemahaman mengenai stres kerja yang dirasakan dengan hal tersebut dapat menurunkan stres. Modifikasi lingkungan dilakukan pada lingkungan kerja dengan menurangi penggunaan alat-alat berat, penggunaan APD (Alat Pelindung Diri), dan penataan tempat kerja yang baik. Modifikasi lingkungan pada keluarga dapat diberikan dengan menciptakan suasana yang komunikatif dan kondusif antar anggota keluarga sehingga petani tembakau mengungkapkan keluhan yang dirasakan. Teknik relaksasi progresif dapat

diberikan untuk menurunkan ketegangan otot dengan melemaskan otot-otot di dalam tubuh, sehingga teknik ini dapat menurunkan stres pada petani tembakau [13].

Rerata tertinggi pada penelitian ini yaitu indikator psikologis. Hasil penelitian ini sesuai dengan penjelasan dari gejala psikologis berdampak pada sulit konsentrasi, bosan terhadap pekerjaan, dan mudah tersinggung, namun individu tidak merasa gelisah dan putus asa terhadap pekerjaannya [14]. Individu tersebut tetap bersemangat menjalankan tugasnya, hal tersebut ditunjukkan dengan jarang menunda pekerjaan dan cukup puas terhadap hasil kinerja yang dicapai. Pekerja dengan stres kerja yang tinggi cenderung memiliki gejala fisiologis dibandingkan dengan tingkat stres yang sedang tidak memiliki fisiologis [15]

Indikator psikologis merupakan respon emosi pada petani tembakau. Respon emosi melibatkan suasana hati dan perasaan ketika individu menerima stimulus stresor. Respon yang dimunculkan meliputi, cemas, dan marah. Individu dalam menerima dan mengolah suatu stimulus dipengaruhi oleh respon emosi. Cara menghadapi stresor dapat ditentukan oleh respon yang diberikan oleh individu, dengan hal tersebut ketika melakukan pekerjaan mempengaruhi kualitas [16]. Peneliti berpendapat intervensi yang dapat diberikan yaitu teknik relaksasi dalam, dan *guided imagery* untuk menurunkan gejala psikologis pada petani tembakau. Teknik relaksasi dalam merupakan salah satu intervensi keperawatan yang dapat diberikan pada petani tembakau. Mekanisme kerja teknik relaksasi dengan menggunakan nafas yang pelan, sadar dan dalam. Teknik relaksasi bertujuan untuk melemaskan otot-otot tubuh dan menurunkan ketegangan didalam tubuh. *Guided imagery* merupakan teknik relaksasi untuk menenangkan pikiran dan menghanyutkan moment yang sedang berlangsung. Teknik ini merupakan teknik distraksi untuk menurunkan stres dan meningkatkan perasaan tenang. Terapi tersebut menurunkan gejala psikologis yang muncul dengan ditunjukkan individu dapat tenang dalam situasi yang sulit dalam lingkup pekerjaan [17].

Selain itu, intervensi yang dapat diberikan yaitu teknik relaksasi otot progresif dan hipnosis lima jari. Teknik reklasasi otot progresif adalah salah satu cara untuk melakukan manajemen stres dengan terapi *mind-body therapy* (terapi pikiran dan otot-otot tubuh). Teknik ini diberikan untuk membedakan perasaan yang dialami ketika otot-otot dilemaskan ketika kondisi otot tegang, dengan

hal ini diharapkan individu dapat mengelola kondisi tubuh terhadap gejala psikologis. Kemampuan ini akan memberikan kestabilan pada emosi individu [18]. Hipnosis lima jari adalah *self hypnosis* yang dapat memberikan efek relaksasi yang cukup tinggi, sehingga dapat mengurangi dan menurunkan tingkat ketegangan dalam pikiran individu [19].

Hubungan Efikasi Diri dengan Stres Kerja pada Petani Tembakau

Hasil analisis bivariat pada kedua variabel tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dengan stres kerja pada petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel keduanya tergolong sedang dan bernilai negatif, artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin ringan stres kerja yang dialami oleh petani tembakau.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan yang menjelaskan efikasi diri tinggi memiliki peluang besar untuk melakukan kinerja yang aman dari pada individu yang memiliki efikasi rendah. Seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi maka mempunyai tujuan dan komitmen dengan baik. Sebaliknya, jika memiliki efikasi diri rendah maka menganggap bahwa pekerjaan dan aktivitas sebagai ancaman yang menimbulkan stres kerja. Hal tersebut efikasi merupakan komponen penting bagi individu dalam mendorong melakukan perilaku kesehatan [9]

efikasi diri berperan untuk mengatur kondisi afektif dan emosi seseorang dengan cara yaitu mampu mengolah ancaman yang datang sehingga tidak akan mudah tertekan. Individu yang memiliki efikasi yang tinggi dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan. Cara yang dilakukan dengan mengurangi ancaman dalam melakukan tindakan-tindakan dan pengontrolan pemikiran yang baik [20]. Sebaliknya, apabila efikasi rendah memiliki resiko yang besar sehingga mendorong memunculkan stres. Keyakinan pada individu mengenai kemampuan yang dimilikinya bertujuan dalam mengontrol perilaku. Hal tersebut sangat berpengaruh sikap individu terhadap kejadian-kejadian yang dapat menyebabkan stres [21].

Individu yang memiliki efikasi tinggi maka percaya bahwa mampu untuk melakukan tindakan dan dapat mengubah kejadian-kejadian disekitarnya. Individu tersebut lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada. Efikasi penting untuk memotivasi dalam menyelesaikan pekerjaan yang menantang sehingga mencapai

tujuannya. Penentuan dalam motivasi, berperilaku, dan berfikir dipengaruhi oleh efikasi diri. Efikasi diri yang tinggi memiliki kemampuan untuk menghadapi tugas-tugas sulit sebagai tantangan agar menjadi lebih baik. Munculnya ketertarikan kesenangan dan instrinsi dapat memberikan harapan yang memengaruhi efikasi diri. Tujuan yang telah ditetapkan oleh individu dianggap sebagai tekanan kekuatan terhadap tantangan pada komitmen. Jika peristiwa tersebut terjadi kegagalan maka akan meningkatkan dan mempertahankan usaha, sehingga cepat kembali terhadap kepercayaan pada kemampuan yang dimilikinya. Efikasi diri memunculkan pribadi yang sukses, hal tersebut dapat menurunkan stres [22]. Efikasi diri yang tinggi maka individu mampu menghadapi tantangan hidup dengan bekerja kerja dan cenderung memiliki persepsi yang adekuat. Peneliti berpendapat efikasi diri dikaitkan dengan stres kerja karena memiliki peran penting dalam menghadapi strategi stresor pada permasalahan lingkup pertanian tembakau [23]

Simpulan dan Saran

Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan stres kerja pada petani tembakau di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember dengan kategori efikasi diri diri tinggi, sedangkan stres kerja berada pada stres kerja rendah. Hasil penelitian sebagai masukan bagi perawat dan tenaga medis untuk meningkatkan efikasi diri pada petani tembakau. Kegiatan penyuluhan dapat diberikan kepada petani tembakau dengan tema efikasi diri pada lingkup pertanian tembakau. Tujuan tersebut untuk mencegah terjadi stres kerja sehingga dapat membantu meningkatkan efikasi diri pada. Selain itu juga, supaya mengoptimalkan dalam kesehatan psikologis pada petani tembakau. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai strategi pada pemberian intervensi untuk meningkatkan efikasi diri pada petani tembakau.

Daftar Pustaka

- [1] Statistik BP. Pusat statistik indikator pertanian agrikultural indikator. 2016; Available from: <https://www.bps.go.id/>
- [2] Statistik BP. Kecamatan kalisat dalam angka 2018. 2018; Available from: <https://www.bps.go.id/>
- [3] Susanto, T. dan Purwandari R. Model perawatan kesehatan keselamatan kerja berbasis agricultural nursing. Agric Nurs. 2015;Jember(Program Studi Ilmu

- Keperawatan Universitas Jember).
- [4] Ramesh, A. S. dan MC. Occoputional stress among farming people. journal of agricultural. J Agric. 2009;4(3):115–57.
- [5] Stuart GW. Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa. 1st ed. Budi Anna Keliat dan Jesika Pasaribu, editor. Singapura: Elsvier; 2013.
- [6] Prestiana, N. D. I. dan Purbandini D. Hubungan antara efikasi diri (self efficacy) dan stres kerja dengan kejenuhan kerja (burnout) pada perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi. J soul. 2012;5(2):1–14.
- [7] Nadirawati R. Hubungan efikasi diri akademik pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Jember: Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember; 2018.
- [8] Nafi'ah N. Hubungan persepsi beban kerja perawat dengan stres kerja perawat dalam kegiatan mempertahankan akreditasi rumah sakit paripurna di rumah sakit TK.III Baladhika Husada Jember. Jember: Program Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember; 2018.
- [9] Puspitasari, Y. R., Huda, S. B. M., dan Cahyono K. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku kerja aman (safety behavior) petani tembakau di Kabupaten Temanggung. J Kesehat. 2019;7(1):2356–3346.
- [10] Aji BAD. Hubungan antara self efficacy dengan perilaku penggunaan alat perlindungan diri (apd) pada petani untuk mencegah penyakit akibat pestisida di Desa Ploasan Kecamatan Plaosan Kabupaten Magetan. Malang: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang; 2015.
- [11] Indriani MY. Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada kelompok petani tembakau yang mengalami gagal panen di Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember. Jember: Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember; 2018.
- [12] Intani AC. Hubungan beban kerja dengan stres pada petani lansia di kelompok tani tembakau Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember; 2018.
- [13] Freidman MM. Buku ajar keperawatan keluarga: Riset.Teori dan Praktik. Jakarta: EGC; 2010.

- [14] Rahmawati S. Analisis stres kerja karyawan pada Pt. bank rakyat indonesia (presero) Tbk. cabang Bogor. Jakarta: Fakultas Ekonomi dan Manajemen Universitas Jakarta; 2016.
- [15] Roboth JY. Analisis work family konflik, stres kerja dan kinerja wanita berperanan ganda pada yayasan compassion east Indonesia. *J Ris bisnis dan Manaj.* 2015;3(1):33–46.
- [16] Nugroho, A., Yuantari, C. dan HE. Hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan pada petani di Desa Curut Kecamatan Penawangan. Semarang: Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro; 2013.
- [17] Aprianto D., Kristiyawati, P. S., Purnomo SEC. Efektifitas teknik relaksasi imajinasi terbimbing dan nafas dalam terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi. Semarang: Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang; 2013.
- [18] Magfirah S., Sudiana, I. K., Widywati IY. Relaksasi otot progresif terhadap stres psikologis dan perilaku keperawatan diri pasien diabetes mellitus tipe 2. *Kesehat Masy.* 2015;10(2):137–46.
- [19] Affandi IM. Pengaruh terapi relaksasi napas dalam dan hypnosis lima jari terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyah Yogyakarta. Yogyakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah; 2017.
- [20] Manuntung A. Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi. Malang: Wineka Media; 2018.
- [21] Hasfrentia YD. Hubungan antara self-efficacy dengan stres akademik pada pelajaran SMAN 1 Tuntang. Tuntang: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana; 2018.
- [22] Farikhah F. Pengaruh self efficacy terhadap stres mahasiswa angkatan 2010 yang menyusun skripsi Fakultas Psikolog UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Malang: Fakultas Psikolog: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang; 2014.
- [23] Peterson, S. J. dan Bredow T. Middle range theories: application to nursing research. In: *Nursing research* [Internet]. Philadelphia; 2013. Available from: <https://cmc.marmot.org/Record/.b38112620>