

Gambaran Stres dan Mekanisme Koping Petani Di Kecamatan Kalisat-Jember

(Description of Stress and Coping Mechanism Farmer in Kalisat-Jember)

Ananda Patuh Padaallah, Emi Wuri Wuryaningsih, Alfid Tri Afandi
Fakultas Keperawatan, Universitas Jember
Jl. Kalimantan No. 37 Kampus Tegal Boto Jember Telp./Fax. (0331) 323450
e-mail korespondensi: emiwuryaningsih.unej@gmail.com

Abstract

Farmers have a high risk to suffer psychological health pressure. The factors that cause farmers have psychological pressure are limited land, the decrease of soil fertility, soil degradation, and natural causes. Farmers with high psychological health pressure can suffer stress. This research aimed to investigate the representation of Stress and Farmers' Coping Mechanism in Kalisat-Jember. The type of this research was descriptive and simple random sampling was chosen to collect the data sampling technique. 100 farmers were collected. The respondents were measured by using farmers' stress questionnaire and Brief farmers' coping mechanism questionnaire COPE. The result of stress representation and farmer's coping mechanism analysis showed that the number of farmer's stress tend to be cognitive response. Meanwhile, the result of coping mechanism showed that most of farmer's coping mechanism more focus on emotion rather than problem. The result of this study can be a reference for nurses and primary health care service to diagnose farmers' health diseases especially psychological diseases such as stress and coping mechanism. Nurses can do a preventive efforts, intervention, and health education about factors and symptoms of stress and coping mechanism to the farmers.

Keywords: *Stress, Coping mechanism, Farmer*

Abstrak

Petani lebih banyak memiliki risiko tekanan kesehatan psikologis. Petani memiliki banyak tekanan kesehatan psikologis. Penyebab tekanan kesehatan psikologis petani adalah lahan sempit, turunnya kesuburan lahan, degradasi tanah, hama tanaman, dan kondisi alam. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gambaran stres dan mekanisme koping petani di Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember. Desain penelitian analisis deskriptif pada 100 petani di Kecamatan Kalisat. Kuisisioner yang digunakan adalah Kuisisioner Stres dan Mekanisme Koping Brief COPE. Hasil analisis penelitian tentang gambaran stres dan mekanisme koping petani didapatkan jumlah stres petani di kecamatan kalisat cenderung pada respon kognitif.. Sedangkan untuk mekanisme koping didapatkan hasil mekanisme koping petani lebih dominan fokus koping pada emosi dibandingkan dengan fokus koping pada masalah. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran perawat dan Puskesmas mengenai permasalahan kesehatan petani terutama psikologis yaitu stres dan mekanisme koping. Perawat dapat melakukan pencegahan, intervensi, dan pendidikan kesehatan mengenai faktor yang menyebabkan stres dan tingkat mekanisme koping pada petani.

Kata kunci: *stres, mekanisme koping, petani*

Pendahuluan

Pertanian merupakan kegiatan manusia yang menyangkut proses produksi untuk menghasilkan bahan-bahan kebutuhan manusia baik yang berasal dari tumbuhan maupun hewan yang disertai dengan usaha memperbaharui, mengembangkan, dan mempertimbangkan faktor ekonomi [1]. Pertumbuhan ekonomi sektor pertanian di Jember pernah menjadi terendah pada tahun 2016 yaitu sebesar 3,54%. Menurut Pemerintah Jember mengatakan sebelumnya laju pertumbuhan ekonomi tahun 2014 masih tinggi yaitu sebesar 6,15% serta 2013 masih 6,22% [2]. Permasalahan lain yang dialami oleh petani dalam kelompok tani meliputi tuntutan kerja yang lama. Sehingga membuat petani beresiko mengalami cedera, serta resiko lain yaitu penyakit akibat kerja seperti penyakit kardiovaskuler, keracunan pestisida, dan gangguan mental stres [3].

Stres merupakan keadaan pada individu yang dianggap mengancam, ancaman ini berasal pada kondisi dari sistem biologis, psikologis, dan sosial [4]. Stres juga diakibatkan oleh adanya ketidakseimbangan antara tekanan pada individu, dan individu tersebut tidak mampu menghadapi stres sehingga membutuhkan energi lebih untuk menetralkan [5].

Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan 25% penduduk bermata pencaharian sebagai petani dari jumlah keseluruhan 78.095 jiwa di tahun 2017 yang tersebar di 12 desa. Pada tiap desa juga didapatkan 64 kelompok tani yang mana ini dapat dijadikan informasi bagi peneliti untuk mencari data. Penelitian sebelumnya menunjukkan dampak stres bagi petani bisa berupa sulit tidur/insomnia, merasa khawatir terhadap pekerjaannya, mudah tersinggung, merasa tertekan, sulit konsentrasi dan mudah lelah. Hal ini merupakan gejala-gejala stres [7]. Tujuan peneliti adalah untuk mengetahui gambaran stres dan mekanisme koping di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.

Metode Penelitian

Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan jenis deskriptif analitik. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling yaitu 100 responden. Data penelitian diambil dalam rentang waktu bulan Juli - Juni 2019. Data diambil menggunakan lembar

kuesioner Stres Petani dan kuisioner BRIEF COPE. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat, hanya menggambarkan frekuensi dan presentasi stres dan mekanisme koping petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.

Hasil

Stres

Gambaran stres pada responden ditampilkan pada tabel 1 dan 2 berikut.

Tabel 1 Rerata Stres Petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (Juli 2019 ; n=100)

Variabel	Median	Min-Maks
Stres Petani	40,00	35-46

Sumber : Juli 2019

Tabel 2 Indikator Stres Petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (Juli 2019 ; n=100)

Indikator Stres	Median	Min-Maks
Respon Kognitif	16,00	12-18
Respon Emosi	12,00	8-15
Respon Perilaku	14,00	8-16

Sumber : Juli 2019

Mekanisme Koping

Mekanisme koping pada responden ditunjukkan pada tabel 3 dan 4.

Tabel 3 Rerata Mekanisme Koping Petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (Juli 2019 ; n=100)

Variabel	Median	Min-Maks
Mekanisme Koping	77,00	73-95

Sumber : Juli 2019

Tabel 4 Indikator Mekanisme Koping Petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember (Juli 2019 ; n=100)

Indikator	Median	Min-Max
Mekanisme koping fokus pada masalah (<i>problem based coping</i>)	17,00	15-21
Mekanisme koping fokus pada emosi (<i>emotion based coping</i>)	59,00	56-74

Sumber : Juli 2019

Pembahasan Stres petani

Hasil penelitian menunjukkan bahwa petani di Kecamatan Kalisat cenderung stres pada respon kognitif. Stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan yang saling mempengaruhi dinamakan dengan interaksi transaksional yang di dalamnya terdapat proses penyesuaian. Stres menyebabkan persepsi seseorang menjadi menurun dan cenderung lebih fokus pada hal yang tidak utama. Perilaku yang dilakukan bertujuan untuk mengurangi stres sehingga individu perlu diarahkan kemana harus fokus [9].

Stres memiliki 3 indikator diantaranya respon kognitif, respon emosi dan respon tingkah laku. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa petani di Kecamatan Kalisat cenderung pada stres respon kognitif Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Intani (2013), pada penelitiannya menunjukkan indikator respon kognitif sebesar 72,8%, indikator respon emosi sebesar 25%, dan respon perilaku sebesar 53,3% [7]. Penilaian stres dari respon kognitif merupakan gangguan proses pikir dan penurunan konsentrasi. Respon kognitif dapat berupa gambaran dari cara proses berpikir dan daya konsentrasi petani, proses pikir yang kurang baik dapat mempengaruhi pengambilan keputusan pada petani dalam respon produktivitas kerja [7].

Mekanisme koping

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mekanisme koping pada petani di Kecamatan Kalisat lebih cenderung dengan penggunaan mekanisme koping fokus pada masalah [11]. Mekanisme koping adalah mekanisme yang digunakan individu untuk menghadapi suatu perubahan yang terjadi. Sejak awal munculnya stresor, mekanisme koping sudah dapat dipelajari, sehingga individu sudah dapat menyadari dampak dari stresor tersebut. Apabila mekanisme koping individu berhasil, maka individu tersebut dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Mekanisme koping dibagi menjadi koping berfokus pada masalah, yang bertujuan untuk menghilangkan suatu masalah, dan memperbaiki keadaan yang menekan individu. Kedua koping berfokus pada emosi bertujuan untuk mengatur respon emosi agar tidak memberikan pengaruh buruk pada fisik dan psikologisnya. [11].

Mekanisme koping fokus pada masalah sendiri memiliki 3 indikator diantaranya koping aktif, penggunaan pertolongan, dan perencanaan. Pada penelitian ini indikator yang memiliki nilai median tertinggi adalah mekanisme koping fokus pada emosi. Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya pada mekanisme koping orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus yang lebih banyak menggunakan dukungan emosional dengan rata-rata 1,36 [12]. Perencanaan merupakan salah satu dimensi dari koping adaptif, dimana perencanaan adalah sesuatu yang mengatur strategi dalam mengatasi situasi yang membuat tertekan [13].

Mekanisme koping pada petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember salah satunya adalah kesehatan fisik setiap individu karena stres membutuhkan tenaga yang besar, kedua keyakinan dan pandangan positif jika petani merasa tidak berdaya terhadap masalah yang dihadapi maka akan mempengaruhi motivasinya dalam mengatasi masalah, ketiga keterampilan memecah masalah dalam hal ini berusaha mencari alternatif lain untuk menghadapi masalahnya, keempat yaitu keterampilan sosial artinya cara berkomunikasi dan bertingkah laku sesuai dengan nilai sosial di masyarakat, lalu dukungan sosial merupakan kebutuhan dari emosional dari orang tua, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat, selanjutnya materi seperti kebutuhan barang yang diinginkan dapat mempengaruhi jenis mekanisme koping, dan terakhir keyakinan spiritualitas sebagai dasar seseorang untuk mengatasi situasi yang paling buruk.

Simpulan dan Saran

Kesimpulannya hasil dan pembahasan dari penelitian Gambaran Stres dan Mekanisme Koping Petani di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember sebagai berikut: hasil penelitian didapatkan hasil gambaran stres petani di Kecamatan Kalisat cenderung lebih kepada indikator respon kognitif. Petani kalisat memiliki mekanisme koping fokus pada emosi yang lebih tinggi daripada fokus pada masalah.

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai gambaran mengenai stres dan mekanisme koping petani sehingga perawat perlu adanya peningkatan untuk melakukan asuhan keperawatan yang akan diberikan dalam konteks kesehatan psikologis pada petani dengan cara pendidikan kesehatan tentang

kesehatan jiwa maupun pencegahan dini mengenai tanda dan gejala stres dan mekanisme koping dengan cara mengikuti terapi rutin untuk membantu petani mencegah dan mengurangi risiko stres.

Daftar Pustaka

- [1] Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember. Kabupaten jember dalam angka: jember regency in figure 2018. Jember: Badan Pusat Statistik. 2018
- [2] Suwandari Anik, Rijanto. Pengantar ilmu pertanian. Malang: Bayumedia. 2006.
- [3] Antaranews. Pertumbuhan ekonomi sektor pertanian di jember terendah. 2016
- [4] Sudut Kalisat. Kalisat di mata pak camat. 2016
- [5] Susanto T, Purwandari R & Wuryaningsih EW. Model perawatan kesehatan keselamatan kerja berbasis agricultural nursing: Studi Analisis Masalah Kesehatan Petani. *Jurnal Ners*, 11(1), 45-50. 2016.
- [6] Lazarus RS & Folkman S. *Stres appraisal and coping*. Newyork: Springer Publishing Company, Inc. 1984.
- [7] Intani AC. Hubungan beban kerja dengan stres pada petani lansia di kelompok tani tembakau kecamatan sukowono kabupaten jember. Skripsi. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. 2013.
- [8] Sari CWK. Kejadian dan karakteristik cidera pada petani di kecamatan kalisat kabupaten jember. Skripsi. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. 2018.
- [9] Stuart GW. *Principles of psychiatric nursing*. 10th edition. Mosbu: Elsavier. Terjemahan oleh Budi, A. K dan Jesika, P. 2016. *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Edisi pertama. Indonesia: Elsavier. 2013.
- [10] Dhini, Dhania Rama. Pengaruh stres kerja, beban kerja terhadap kepuasan kerja (studi pada medical representatif di kota kudas). 2010
- [11] Nursalam. *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika. 2015
- [12] Hidayati A. Hubungan health locus of control dengan mekanisme pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas patrang kabupaten jember. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. 2017.
- [13] Carver CS, Scheier MF & Weintraub JK. *Assesing coping strategies: A Theoretically based approach*. *Journal of personality and social psychology*, 1989. 56: 267-283.