

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Landasan Teori**

##### **2.1.1 Stres**

###### **2.1.1.1 Pengertian Stres**

Stres didefinisikan sebagai situasi atau kondisi yang mencakup kesulitan, hambatan, atau penderitaan. Istilah 'stres' digunakan untuk menggambarkan dorongan kuat, tekanan, ketegangan, atau usaha yang signifikan yang dikenakan pada objek atau manusia, terutama dalam konteks tekanan mental atau fisik pada manusia (Kartini et al., 2018; Watson & Mears, 2019; Yasin et al., 2021). Stres bersifat sebagai pengalaman yang subyektif, sehingga respons tiap individu dapat beragam terhadap kondisi stres yang dialaminya tersebut (Yasin et al., 2021). Stres mencerminkan respons internal yang timbul karena adanya tuntutan fisik, lingkungan, atau tekanan sosial yang dianggap memiliki risiko atau sulit untuk dikendalikan. Hal ini terjadi saat individu merasa tidak mampu menangani tuntutan tersebut dengan cara yang sesuai dengan kemampuan penanganan pribadinya. (Biggs et al., 2017; Hadjam, 2003).

###### **2.1.1.2 Sumber Stres**

Sumber yang menghasilkan stres dapat disebut sebagai *stressor* atau pemicu stres (Sitepu, 2021). Pada intinya, meskipun setiap individu menghadapi kondisi stres yang serupa, perbedaan dalam tingkat persepsi stres muncul di antara individu yang berbeda. Ini disebabkan oleh evaluasi kognitif internal yang diterapkan oleh setiap individu pada situasi stres, yang memberikan bobot pada apakah kondisi tersebut dianggap sebagai ancaman atau tidak oleh individu tersebut (Kartini et al., 2018; Kurnia, 2016). Faktor-faktor yang bertanggung jawab atas

munculnya stres secara umum, sesuai dengan pandangan Lazarus, dapat diklasifikasikan menjadi beberapa sumber yang meliputi (Biggs et al., 2017; Wiranto, 2016):

**a. Frustrasi**

Stres mungkin timbul ketika upaya individu untuk mencapai suatu target dihalangi atau tidak berhasil, baik oleh faktor lingkungan eksternal maupun oleh faktor internal dalam diri individu itu sendiri.

**b. Konflik**

Stres dapat terjadi jika seorang individu dihadapkan pada pengambilan keputusan antara dua dorongan atau kebutuhan yang bertentangan atau terjadi secara bersamaan.

**c. Tekanan**

Stres juga dapat terjadi ketika individu menghadapi desakan atau tuntutan untuk mencapai suatu hasil tertentu melalui metode atau cara-cara tertentu yang ditetapkan. Asal dari tuntutan tersebut dapat timbul dari lingkungan eksternal atau dari internal individu yang terkait.

**d. Ancaman**

Ketika individu mengantisipasi situasi atau faktor yang berpotensi merugikan atau tidak menyenangkan bagi dirinya, hal tersebut juga dapat menjadi pemicu munculnya stres.'

**2.1.2 Stres Kerja**

**2.1.2.1 Definisi Stres Kerja**

Sejatinya, setiap individu akan mengalami stres terkait dengan tugas pekerjaannya. (Febriyanti, 2022). Stres kerja mengacu pada respons adaptasi individu terhadap variasi atau proses psikologis tertentu, hasil dari interaksi dengan faktor-faktor eksternal (lingkungan), situasi, atau kejadian yang menuntut persyaratan psikologis atau fisik yang berlebihan terhadap seseorang (Aini & Purwaningsih, 2013; Amalia et al., 2020;

Febriyanti, 2022). Stres kerja juga diartikan sebagai sensasi yang mencerminkan intensitas, tekanan, kecemasan, serta upaya mental seseorang dalam konteks pekerjaannya (Manihuruk, 2020).

### **2.1.2.2 Penyebab Stres Kerja**

Kesejahteraan mental menjadi suatu syarat yang tidak dapat diabaikan dalam pencapaian tingkat produktivitas yang optimal, dan suatu ketidakcocokan atau adanya hambatan dalam aspek mental dan fisik dapat menghambat kemampuan seseorang untuk mengembangkan diri. Situasi semacam ini berpotensi memengaruhi kinerja individu di lingkungan kerja maupun mengakibatkan ketidakberhasilan dalam suatu pencapaian. Terdapat setidaknya dua faktor stres yang terkait dengan pekerjaan, yaitu (Ahmad et al., 2019; Amalia et al., 2020; Daniaputri & Abidin, 2004; Febriyanti, 2022; Safitri, 2020):

- a. Stres yang berasal dari faktor-faktor di luar lingkup pekerjaan (*life stress*) seperti kondisi ventilasi, pencahayaan ruangan, tingkat kebisingan, dan elemen-elemen lainnya yang muncul dari lingkungan; dan
- b. Stres yang berasal dari pekerjaan langsung (*job stress*) mencakup aspek-aspek seperti tuntutan pekerjaan, tuntutan peran, tuntutan individu, struktur organisasi, serta kepemimpinan organisasi.

### **2.1.2.3 Respons Stres Kerja**

Reaksi individu terhadap stres melibatkan berbagai dimensi, termasuk tingkah laku, pemikiran, respons fisik, dan aspek psikologis (Cenderawasih, 2019; Dewi, 2008). Respons perilaku terhadap stres bisa termasuk peningkatan konsumsi rokok dan alkohol, penurunan nafsu makan, atau konsumsi makanan secara berlebihan (Cenderawasih, 2019; Dewi, 2008). Sementara itu, respons kognitif meliputi kesulitan dalam memusatkan perhatian,

keraguan dalam pengambilan keputusan, dan kecenderungan untuk merasa terancam (Cenderawasih, 2019; Dewi, 2008). Respons fisik termasuk kesulitan tidur, sakit kepala, dan gangguan pencernaan. Secara bersamaan, respons psikologis seperti kemarahan, kecemasan, dan gejala depresi juga dapat muncul (Cenderawasih, 2019; Dewi, 2008; S, 2001).

### **2.1.3 Tentara Nasional Indonesia (TNI)**

Tentara Nasional Indonesia (TNI) merupakan suatu profesi di sektor pertahanan negara dan merupakan kekuatan militer yang dilengkapi dengan persenjataan oleh negara sesuai dengan hukum dan undang-undang yang berlaku (Dewi, 2008; DPR RI, 2004). Tugas TNI meliputi pengawalan kedaulatan negara, penegakan pertahanan wilayah Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan UUD 1945, perlindungan terhadap semua warga negara dari ancaman terhadap kesatuan nasional, serta pelaksanaan operasi baik dalam situasi perang maupun operasi militer di luar perang yang didasarkan pada kebijakan dan keputusan politik negara (Andrizal, 2021; DPR RI, 2004). TNI memiliki banyak tuntutan dan tantangan yang harus dipenuhi dalam menjalankan tugas mereka, hal ini melibatkan risiko dan tekanan yang dapat bersumber baik dari lingkungan kerja, keluarga, rekan, dan pimpinan baik yang dapat mempengaruhi fisik dan psikologis TNI (Ariateja et al., 2022; Cenderawasih, 2019; Dewi, 2008).

### **2.1.4 Gangguan Somatoform**

#### **2.1.4.1 Definisi Gangguan Somatoform**

Gangguan somatoform merupakan kumpulan kondisi dengan gejala fisik (seperti rasa sakit, mual, pusing, dan bahkan kehilangan kesadaran) yang tidak dapat dijelaskan secara memadai melalui penjelasan medis yang tepat (Cipta, 2011; R. D. Putri, 2020). Kondisi somatik yang parah dapat berakibat pada

penderitaan emosional yang besar pada pasien atau menghambat kemampuan mereka untuk berinteraksi secara sosial atau menjalankan tugas pekerjaan (Cipta, 2011; Zulfiana, 2017). Diagnosis gangguan somatoform melibatkan asesmen medis yang menekankan peran faktor psikologis dalam timbulnya, tingkat beratnya, dan durasi gejala yang terjadi (R. D. Putri, 2020; Zulfiana, 2017). Penting untuk dicatat bahwa gangguan somatoform bukanlah hasil dari tindakan pura-pura sadar atau simulasi dari suatu gangguan (American Psychiatric Association, 2013; Zulfiana, 2017).

#### **2.1.4.2 Gangguan Somatoform Spesifik**

Ada setidaknya lima jenis gangguan somatoform yang cukup spesifik, yaitu (Henky et al., 2017; R. D. Putri, 2020; Rafik Putra & Kusumadewi, 2020):

##### **a. Gangguan Somatisasi**

Kondisi ini ditandai oleh sejumlah besar keluhan fisik yang melibatkan berbagai sistem organ dan berlangsung dalam beberapa tahun. Keluhan fisik ini mencakup empat gejala nyeri, dua gejala yang terkait dengan sistem pencernaan, satu gejala terkait aspek seksual, dan satu gejala menyerupai gangguan neurologis. Gejala-gejala yang disebutkan memiliki potensi untuk secara signifikan mengganggu fungsi kehidupan sosial, pekerjaan, atau fungsi vital lainnya secara signifikan.

##### **b. Gangguan Konversi**

Kondisi ini dicirikan oleh adanya satu atau dua keluhan yang bersifat neurologis, seperti gangguan motorik, gangguan sensoris, kejang, atau kombinasi dari beberapa gejala.

##### **c. Hipokondriasis**

Hipokondriasis adalah kondisi di mana seseorang terfokus pada gejala-gejala minor dan yakin bahwa mereka

menderita penyakit tertentu, yang disebut preokupasi. Preokupasi ini masih ada bahkan setelah pemeriksaan medis yang memadai dengan bukti yang jelas, dan kondisi ini berlangsung minimal selama enam bulan.

**d. Gangguan Dismorfik Tubuh**

Kondisi ini dicirikan oleh keyakinan yang keliru atau persepsi yang berlebihan tentang adanya kecacatan pada suatu bagian tubuh yang tidak dapat dijelaskan secara medis, dan lebih baik dijelaskan sebagai bagian dari gangguan mental lainnya, seperti ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh dalam kasus *anoreksia nervosa*.

**e. Gangguan Nyeri**

Kondisi ini ditandai dengan adanya rasa sakit yang sepenuhnya terkait dengan aspek psikologis atau sangat diperparah oleh faktor-faktor psikologis. Gangguan nyeri diklasifikasikan sebagai akut jika berlangsung kurang dari 6 bulan, dan sebagai kronis jika berlangsung selama 6 bulan atau lebih.

**2.1.4.3 Gangguan Somatoform yang Tidak Dikategorikan**

Salah satu atau lebih keluhan fisik yang bisa muncul seperti kelelahan, kehilangan nafsu makan, keluhan yang berkaitan dengan sistem pencernaan atau saluran kemih (Cipta, 2011). Setelah evaluasi yang teliti, gejala tersebut tidak dapat sepenuhnya dijelaskan oleh kondisi medis umum yang sudah diketahui atau oleh efek langsung dari substansi tertentu seperti cedera, obat-obatan, atau alkohol (Cipta, 2011). Keluhan ini juga berdampak pada gangguan dalam interaksi sosial atau pekerjaan, dan keluhannya melebihi apa yang seharusnya diharapkan berdasarkan riwayat medis, pemeriksaan fisik, atau temuan laboratorium. Selama periode minimal enam bulan, kondisi ini tidak lebih baik dijelaskan oleh gangguan mental lain seperti

gangguan somatoform, disfungsi seksual, gangguan mood, kecemasan, gangguan tidur, atau psikotik. Gejalanya tidak disengaja atau dipalsukan, tidak mengikuti pola gangguan pura-pura atau simulasi (Henky et al., 2017).

#### **2.1.4.4 Faktor Risiko Gangguan Somatoform**

Faktor risiko gangguan somatoform telah diuraikan dalam buku DSM-V. *Somatic Symptom Disorder (SSD)* atau gangguan gejala somatik memiliki 3 kelompok besar faktor risiko, yaitu (American Psychiatric Association, 2013):

##### **a. Emosi**

###### **1) Kepribadian negatif dan gangguan mental**

Seorang individu jika mengalami kecemasan berlebih atau depresi yang cukup sering terjadi dapat memperparah tingkat kejadian serta gejala gangguan ini. Gangguan kejiwaan seperti stres, kecemasan berlebih, dan lain-lain. Selain itu, apabila seseorang memiliki sensitivitas berlebih terhadap rasa sakit yang dirasakan tubuhnya dapat menjadi salah satu faktor kognitif.

###### **2) Tingkat Stres**

Semakin tinggi tingkat stres dapat memengaruhi gangguan somatoform di mana akan semakin tinggi juga gejala gangguan somatoform yang dialami dan sebaliknya,

##### **b. Lingkungan**

###### **1) Tekanan dari lingkungan sekitar**

Tekanan lingkungan sekitar bisa menjadi faktor risiko gangguan somatoform, jika tekanan tersebut mengarahkan pada gangguan kesehatan mental, seperti depresi.

2) Beban pekerjaan dan masa kerja

Semakin besar beban kerja maka memiliki jumlah tugas lebih banyak dengan waktu kerja yang cukup lama dapat meningkatkan keparahan.

**c. Individu**

1) Tingkat sosial dan ekonomi

2) Tingkat pendidikan

Gangguan somatoform ini memiliki persentase kejadian lebih besar pada individu dengan tingkat pendidikan yang rendah.

3) Riwayat masa lalu yang kelam

Apabila seseorang mengalami tekanan yang berlebih pada kehidupannya, maka individu tersebut berisiko mengalami gangguan somatoform. Sebagai contoh individu dengan riwayat pelecehan dan kesulitan di masa kanak-kanak.

4) Usia

Kelompok usia dewasa muda di bawah 50 tahun dan kelompok usia dewasa menengah hingga 60 tahun, dinilai lebih berisiko mengalami gangguan somatoform, dibandingkan dengan kelompok usia lanjut

5) Jenis kelamin

Apabila dikaitkan dengan faktor demografis, perempuan memiliki risiko lebih tinggi terkena gangguan somatoform dibandingkan dengan laki-laki.

**2.1.4.5 Cara Perhitungan Gejala Gangguan Somatoform**

Diagnosis yang akurat dari penyakit gangguan somatoform secara tepat maka para ahli perlu melakukan tes terlebih dahulu. Skrining awal dapat dilakukan dengan berbagai beberapa instrumen baku yang dapat digunakan seperti *Patient Health Questionnaire* (PHQ-15) (R. D. Putri, 2020). Instrumen tersebut

berisikan pertanyaan tentang gejala yang dialami dalam empat minggu terakhir dan hasil akhirnya. Instrumen PHQ-15 mengatakan risiko gejala gangguan somatoform rendah pada nilai 5-9. Gejala gangguan somatoform berat pada kuesioner ini jika skor yang didapatkan adalah  $>15$  (American Psychiatric Association, 2013; Kemenkes & IDI, 2014).

#### **2.1.5 Hubungan Antara Tingkat Stres Kerja Terhadap Gejala Gangguan Somatoform pada Personel TNI**

Individu yang beroperasi dalam sektor layanan yang bertujuan memberikan perlindungan dan bantuan kepada masyarakat sering kali memiliki risiko tinggi untuk mengalami stres kerja dikarenakan tugas-tugas dan tuntutan yang kompleks (Cenderawasih, 2019; Himmawan & Handoyo, 2021). Stres kerja biasanya dialami oleh para profesional di sektor kemanusiaan dan pelayanan masyarakat seperti perawat, pekerja sosial, guru, konsultan, dokter, serta personel militer (Pribadi, 2014). Faktor-faktor yang menyebabkan stres pada anggota TNI mencakup sejumlah hal, termasuk beban kerja yang besar yang mereka tanggung (Aini & Purwaningsih, 2013; Faiqoh, 2018). Dalam menjalankan tugas mereka, sering kali mereka diberikan beban kerja yang berlebihan oleh atasan mereka, dan terkadang mereka bahkan harus mengemban tanggung jawab ganda. Kondisi semacam ini memberikan dorongan bagi timbulnya stres kerja pada personel TNI (Bray et al., 2001; Novianita, 2008). Namun, dampaknya tidak hanya terbatas pada itu, karena beban kerja yang berlebihan dan stres yang berkepanjangan pada personel TNI juga mungkin mempengaruhi kesejahteraan mental dan psikologis mereka, yang pada akhirnya mungkin menghasilkan gejala somatik dan berpotensi mengarah pada gangguan somatoform (American Psychiatric Association, 2013; Kurlansik & Maffei, 2016; Rice et al., 2015; Watson & Mears, 2019).

Stres kerja yang dipicu oleh tekanan waktu, tuntutan tugas, atau situasi yang mengharuskan kesiagaan tinggi, konflik peran, dan bahkan risiko kematian yang tinggi tentunya dapat memicu munculnya respons fisik yang tidak dapat dijelaskan secara medis, yaitu somatoform. Selain daripada itu, tingkat stres kerja yang tinggi juga dianggap dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental personel TNI (Dewi, 2008). Gangguan somatoform pada TNI dapat mengganggu kinerja operasional dikarenakan gejalanya yang dapat mengganggu kesiapan dan respons terhadap situasi yang mengharuskan kesiapsiagaan penuh sepanjang waktu penugasan.

## 2.2 Hasil Penelitian Terdahulu

**Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu**

No	Penulis	Tujuan	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Rizka Fitri Nabila Tristin, 2021	Menyelidiki korelasi antara atribut guru, tingkat stres, dan gangguan somatoform.	Kuantitatif analitik dengan desain <i>cross-sectional</i>	Analisis menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya korelasi signifikan antara tingkat stres dan gangguan somatoform (p=0,001, OR=30,333, 95%CI: 3,205-287,097).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumen PHQ-15</li> <li>• Metode <i>cross-sectional</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek penelitian</li> <li>• Uji statistik (peneliti menggunakan uji <i>Rank-Spearman</i>)</li> </ul>

2	Rizky Muharany Putri, et al., 2020	Menganalisis korelasi antara pendidikan jarak jauh (PJJ) dan gejala gangguan somatoform dalam konteks tingkat stres pada mahasiswa pada fase awal pandemi COVID-19.	Observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif, desain studi <i>cross-sectional</i>	Ditemukan bahwa frekuensi pelaksanaan PJJ secara signifikan berkaitan dengan tingkat stres pada responden ( $p=0,039$ ). Namun, gejala gangguan somatoform tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres mahasiswa saat melakukan PJJ ( $p=0,228$ ).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penghitungan sampel menggunakan rumus Slovin</li> <li>• Metode <i>cross-sectional</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uji statistik</li> <li>• Subjek penelitian</li> </ul>
---	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

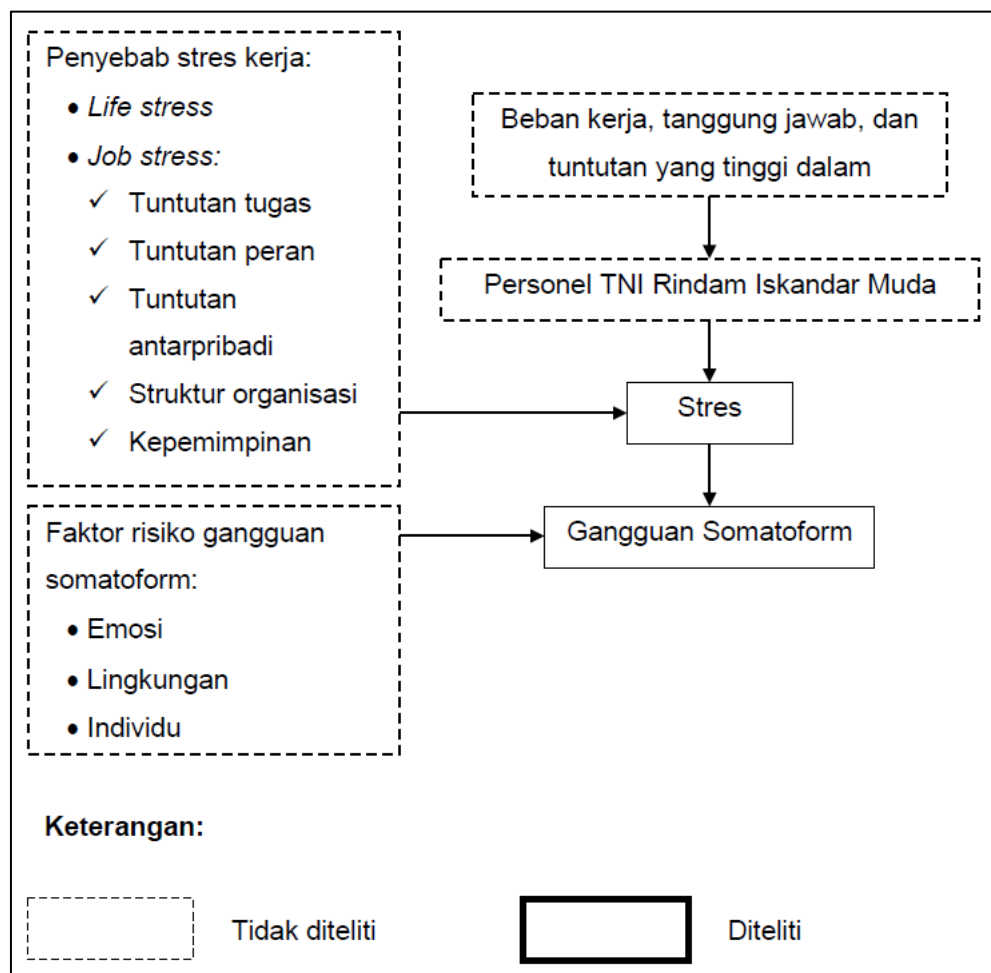
3	Rachmadania Diana Putri, 2020	Meneliti apakah ada hubungan antara keluhan fisik nyeri ulu hati sebagai petunjuk gangguan somatoform pada pasien yang mengunjungi Poliklinik Psikiatri RS PTPN XI Djatiroto Lumajang.	Analitik observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Tingkat keseriusan gejala somatoform dan tingkat nyeri memiliki nilai yang signifikan ( $p=0,005$ ) dengan nilai hubungan korelasi koefisien ke arah positif (0,495). Sebaliknya, uji korelasi tingkat keseriusan gejala somatik dengan usia, pendidikan, dan pekerjaan tidak memiliki nilai korelasi yang signifikan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode penelitian analitik observasional secara <i>cross-sectional</i></li> <li>• Menggunakan uji analisis <i>Rank-Spearman</i></li> <li>• Kuesioner PHQ-15</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek penelitian</li> </ul>
---	-------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------

				( $p > 0,05$ ) tetapi memiliki nilai signifikan terhadap jenis kelamin ( $p = 0,037$ )		
4	Fenny Febrianti, 2022	Mengetahui kondisi stres kerja pada laki-laki yang berprofesi sebagai personel TNI Angkatan Darat Batalyon Infantri 512 Malang.	Kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampling <i>purposive sampling</i> .	Data menunjukkan adanya tingkat stres kerja yang umumnya rendah. Temuan lain menunjukkan bahwa semakin muda subjek, tingkat stres kerja cenderung meningkat. Subjek dengan pangkat letda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel stres kerja</li> <li>• Subjek penelitian TNI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode analisa</li> <li>• Teknik pengambilan data</li> </ul>

				menunjukkan tingkat stres kerja yang paling rendah di antara pangkat lainnya dalam penelitian ini. Dalam hal masa kerja, subjek dengan masa kerja antara 11 hingga 15 tahun menunjukkan tingkat stres kerja yang paling minim.		
--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Sumber: diolah oleh peneliti

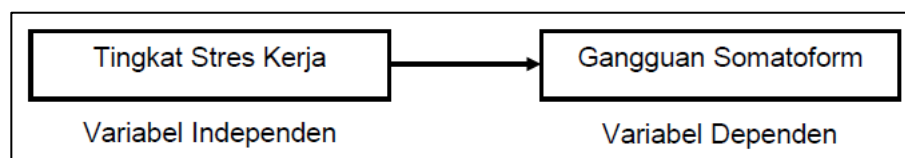
### 2.3 Kerangka Berpikir



**Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teori**

Sumber: diolah oleh peneliti

### 2.4 Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 Bagan Kerangka Konsep**

Sumber: diolah oleh peneliti

## **2.5 Hipotesis Penelitian**

- a. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres kerja dengan gangguan somatoform pada personel TNI Rindam Iskandar Muda Aceh.