

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

---

### **A. Latar belakang masalah**

Perkembangan dunia usaha menimbulkan banyak perusahaan berdiri di era industrialisasi. Dalam kemajuan berdirinya banyak perusahaan di Indonesia, semakin banyak perusahaan yang membutuhkan sumberdaya manusia atau karyawan untuk menjalankan aktivitas perusahaan, sumberdaya manusia atau karyawan merupakan aset paling penting yang harus dimiliki oleh setiap perusahaan karena kemajuan suatu perusahaan tergantung pada sumber daya manusianya, semakin ketatnya persaingan dunia usaha menuntut perusahaan untuk mencari sumberdaya manusia yang berkualitas agar dapat meningkatkan keuntungan perusahaan.<sup>1</sup> Perusahaan dituntut bekerja dengan ritme yang serba cepat dan bersifat kompetitif dan karyawan merupakan alat bagi perusahaan untuk mencapai tujuan perusahaan (keuntungan) agar dapat bertahan di persaingan dunia usaha.

Tidak jarang dunia pekerjaan akan membuat karyawan merasa stres karena tuntutan perusahaan agar terus meningkatkan kinerja semaksimal mungkin. Rasa was-was, tegang, dan stres mungkin telah menjadi bagian dari karyawan dalam menjalani aktivitas perusahaan untuk memenuhi tanggung jawab mereka terhadap tugas-tugas yang harus dijalankan. Stres kerja merupakan kondisi yang dialami

---

<sup>1</sup>Nasyadizi and Noor Nilamsar dkk, "Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Karyawan PT. Jasa Raharja (Persero) Cabang Jawa Timur Di Surabaya," *Jurnal Administrasi Bisnis* 31, no. 1 (2016)..

oleh pekerja atas interaksinya dengan pekerjaannya, biasanya stres terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara pekerjaan dengan kemampuan karyawan sehingga menimbulkan ketegangan dan rasa cemas, secara sederhana hal ini berarti bahwa stres mempunyai potensi untuk mendorong atau mengganggu pelaksanaan kerja, tergantung seberapa besar tingkat stres. Bila tidak ada stres, tantangan-tantangan kerja juga tidak ada, dan prestasi kerja atau kinerja karyawan cenderung rendah.<sup>2</sup>

Kecemasan juga menjadi salah satu penyebab stres kerja seperti yang diungkapkan para ahli di antaranya Smith mengemukakan bahwa konsep stres kerja dapat ditinjau dari beberapa sudut, yaitu: pertama, stres kerja merupakan hasil dari keadaan tempat kerja. Kedua, stres kerja merupakan hasil dari dua faktor organisasi. Ketiga, faktor kemampuan melakukan tugas. Keempat, akibat dari waktu kerja yang berlebihan. Kelima, faktor tanggung jawab kerja. Terakhir, tantangan yang muncul dari tugas. Kesimpulan stres kerja merupakan hasil yang disebabkan oleh faktor-faktor di atas, Ada beberapa gejala stres yang dapat dilihat dari berbagai faktor yang menunjukkan adanya perubahan, baik secara fisiologis, psikologis, maupun sikap. Perubahan fisiologis ditandai oleh adanya gejala-gejala seperti merasa letih/lelah, kehabisan tenaga, pusing, gangguan pencernaan, sedangkan perubahan psikologis ditandai oleh adanya kecemasan berlarut-larut, sulit tidur, napas tersengal-sengal dan berikutnya perubahan sikap seperti keras kepala, mudah marah, dan tidak puas terhadap apa yang dicapai.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup>Astianto Anggit, "Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya," *Jurnal Ilmu Dan Riset Manajemen* 3, No. 7 (2014)..

<sup>3</sup>Sutarto and Wijono, *Psikologi Industri Dan Organisasi* (Jakarta: Kencana, 2010).

Penyebab lain seseorang mengalami stres kerja adalah karena sengaja menunda-nunda dalam mengerjakan pekerjaan, sehingga pekerjaan akan menumpuk dan membebani diri sendiri. Oleh karena itu seseorang juga harus menerapkan perilaku disiplin sehingga dapat memanfaatkan waktu dengan baik, salah satu cara yang dapat diterapkan dalam menangani stres kerja ialah meningkatkan rasa spiritualitas, seperti yang dilihat dalam hasil penelitian yang menjelaskan bahwa spiritualitas dapat mengurangi stres kerja, spiritualitas mempunyai nilai-nilai yang dianut berdasarkan kepercayaan masing-masing.

Spiritualitas itu sendiri dapat dilihat sebagai sumber dari dalam diri yang memiliki kekuatan, khususnya saat menghadapi ketidakpastian dan kekacauan dalam hidup seseorang, selain itu ditemukan juga skor yang tinggi berdasarkan hasil penelitian spiritualitas Jarel yang menyatakan kebanyakan responden menjelaskan bahwa tempat kerja mereka memiliki lebih banyak iklim emosional yang positif dan mengurangi stres. Peneliti Csernik dan Adam, membuktikan bahwa responden yang memiliki rasa spiritualitas yang tinggi mampu merasakan tingkat stres di tempat kerja menjadi lebih rendah. Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa spiritualitas seseorang membantu dalam mengurangi persepsi mengenai stres di tempat kerja dan berkontribusi dalam memunculkan rasa kesejahteraan.<sup>4</sup>

Adapun faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi rasa spiritualitas seseorang seperti suasana batin dan semangat hidup yang bersumber pada keyakinan atau iman seseorang, seperti dalam agama Islam yang mengutamakan

---

<sup>4</sup>Faris Andzar, "Pengaruh Teamwork, Sabar Dan Disiplin Menjalankan Shalat Wajib Terhadap Stres Kerja" (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2015).

untuk melaksanakan salat wajib lima waktu. Salat memiliki fungsi yang sangat dalambagi diri seorang manusia yaitu sebagai benteng dari kemaksiatan, artinya bahwa salat dapat mencegah perbuatan keji dan munkar.

Hal ini diterangkan dalam surah *al-Ankabut* ayat 45:

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ  
وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ٤٥

Artinya:

*“Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar dan sesungguhnya mengingat Allah (salat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”*

Menurut bahasa, salat berarti do’a sedangkan menurut istilah adalah suatu aktifitas yang terdiri dari beberapa ucapan dan pekerjaan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, dengan beberapa syarat tertentu.<sup>5</sup>

Diwajibkannya ibadah salat oleh Allah SWT pasti mengandung hikmah dan manfaat untuk orang yang melaksanakannya. Banyak sekali hikmah dan manfaat ibadah salat, baik yang dihasilkan melalui bacaan-bacaan salat maupun gerakan anggota badan dalam salat, baik untuk kesehatan jasmani (fisik) maupun rohani. Diantara hikmah dan manfaat ibadah salat yang banyak terkandung dalam al-Quran, Hadis dan penelitian ilmiah, diantaranya :

1. Salat memiliki pengaruh yang besar baik terhadap individu maupun sosial.

<sup>5</sup>Annas and Mohammad dkk, *Fiqih Ibadah* (Kediri: Lembaga Ta’lif Wannasyr, 2008).

- a. Secara individu, salat menjadikan seseorang dekat dengan Tuhan-nya, karena salat bukan sekedar ibadah fisik yang ditata dengan himpunan dzikir dan tata disiplin, namun di dalamnya terkandung hubungan hubungan batin antara seorang hamba dan Khalik-nya.
  - b. Secara sosial, salat dapat menjadikan seseorang memiliki rasa tanggung jawab terhadap masyarakat, karena salat mendidik pelakunya untuk selalu berdisiplin, teliti, kebersihan dan lain sebagainya.
2. Salat dapat mencegah dari perbuatan keji dan munkar, dan membimbing pelakunya ke jalan yang lurus.
  3. Salat akan mendatangkan rahmat Allah SWT, sehingga apa yang dicita-citakan oleh pelakunya dapat dicapai dengan mudah. Sebagaimana kata Imam Ja'far Shadiq ; "Tatkala seseorang berdiri untuk melaksanakan salat, rahmat Allah SWT akan turun dari langit kepadanya dan para malaikat mengelilingi, seraya mengatakan : "jika orang yang salat ini mengetahui nilai salat, maka ia tidak mungkin akan meninggalkan salat".<sup>6</sup>
  4. Salat dapat menyelesaikan segala kesulitan duniawi yang dihadapi manusia, karena salat tempat seseorang hamba mengadukan kenyataan hidupnya secara alami kepada Allah SWT, untuk memohon pertolongan dan petunjuk-Nya.
  5. Salat dapat menghapus berbagai dosa kecil yang ada pada diri manusia, dan menjadikan mereka mendapatkan ampunan dari Allah SWT serta dapat menyingkirkan kegelapan yang ada dalam hati manusia dan menggantinya dengan cahaya yang terang benderang. Imam Ja'far Shadiq berkata : "Barang

---

<sup>6</sup> Mustafa Khalil, *Berjumpa Allah Dalam Shalat* (Jakarta: Pustaka Zahara, 2004), 105.

siapa melakukan salat dua rakaat, ia mengerti (memahami) apa yang ia baca dalam salat, dan setelah selesai melakukan salat jika terdapat dosa diantara ia dan Allah, maka Allah akan mengampuninya.<sup>7</sup>

6. Memupuk rasa solidaritas, persatuan dan kesatuan. Dalam ajaran islam ibadah salat lebih utama dikerjakan dengan berjamaah di mesjid, dengan bertemunya banyak jamaah di mesjid akan membuat orang bersolidaritas dalam bermasyarakat.
7. Melatih konsentrasi, salat yang dilakukan dengan khusyu akan melatih konsentrasi pikiran, perasaan kemauan dan hatinya dipusatkan (dikonsentrasikan) hanya kepada Allah SWT.<sup>8</sup>

Salat dapat dilakukan dengan sendiri atau dengan berjamaah. Sedangkan jamaah berarti berkelompok, bersama-sama, atau dilakukan oleh banyak orang. Sehingga hal ini mengacu pada konsep kebersamaan umat islam dalam berbagai persoalan kehidupan bermasyarakatnya.<sup>9</sup>

Salat berjamaah adalah salat yang dikerjakan secara bersama-sama, paling sedikit dikerjakan oleh dua orang, yang satu berdiri di depan sebagai imam yang memimpin salat berjamaah dan yang satu lagi berdiri di belakang imam sebagai makmum yang mengikuti imam.<sup>10</sup> Dalam melaksanakan salat berjamaah, menurut Dradjat, seseorang yang terbiasa menjalankan salat secara disiplin, maka akan

---

<sup>7</sup>Khalil, *Berjumpa Allah Dalam Shalat*.121.

<sup>8</sup>Teungku and Muhammad As Shidiqiey Hasbi, *Mutiara Hadits* (Jakarta: Bulam Bintang, 1980), 91.

<sup>9</sup>Muhammad Sholikin, *The Miracle Of Shalat Mengungkap Kedahsyatan Energi Shalat*, 2011, 481.

<sup>10</sup>Anas, *Fiqih Ibadah*.,91.

menular kepada seluruh sikap dan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari termasuk dalam mengerjakan pekerjaan.<sup>11</sup>

Makna yang terkandung pada manfaat salat yang dilaksanakan berjamaah adalah disiplin, dan memupuk gotong royong. Salat berjamaah merupakan ibadah yang di dalamnya terkandung unsur kebersamaan yang sangat kuat. Di dalamnya terkandung suatu peluang yang sangat besar untuk saling berkenalan dan bersatu di antara muslimin, yakni saat mereka berjumpa untuk mengerjakan salat lima waktu dan saat masuk maupun keluar dari masjid.<sup>12</sup> Seperti yang dilakukan di PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin. PT. Kalimas Kharisma adalah salah satu anak perusahaan PT. Wings yang pertama kali dibangun di Pulau Kalimantan pada tahun 1993, beralamat di JL. Pramuka RT 20 No 16 Banjarmasin, Kalimantan Selatan. PT. Kalimas kharisma dibentuk sebagai distributor dan pemasaran dari produk-produk yang diproduksi oleh Wings group, tujuan pemasaran tersebut ditujukan oleh Whole market, Modern market dan Pasar tradisional.<sup>13</sup>

Karyawan PT. Kalimas Kharisma mayoritas beragama Islam. Dalam keseharian mereka bekerja diawasi untuk melaksanakan salat berjamaah dzuhur dan ashar sebagai pembiasaan dalam disiplin sehari-hari yang telah dilakukan sejak tahun 2004 sampai sekarang. Hasil dari observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 29 Maret 2018. Karyawan cenderung memperlihatkan perilaku disiplin, seperti: datang tepat waktu, tertib dalam antrian absensi, berpakaian rapi, terlihat bersemangat, bahagia, dan bersikap ramah pada sesama karyawan seperti

---

<sup>11</sup>Andzar, "Pengaruh Teamwork, Sabar Dan Disiplin Menjalankan Shalat Wajib Terhadap Stres Kerja." 7.

<sup>12</sup>Rafita and Yuni dkk, "Pengaruh Kebijakan Wajib Shalat Berjamaah Terhadap Etos Kerja Pegawai Daerah Kabupaten Rokan Hulu," *Jurnal Khazanah* 6, no. 1, Juni 2013, 541.

<sup>13</sup>YBR, Karyawan, *Wawancara Pribadi*, Banjarmasin, 29 Maret 2018.

dalam bidang pekerjaan namun peneliti juga mendapati bahwa tidak keseluruhan karyawan menunjukkan sikap dan perilaku yang sama. Sebagian karyawan masih ada yang melakukan atau melanggar aturan, seperti : datang terlambat, memakai seragam tidak sesuai jadwalnya, mengatuk pada jam kerja, terlihat murung dan bosan pada jam kerja. Padahal karyawan itu juga tetap melakukan dan mengikuti pembiasaan salat berjamaah yang diawali dengan amanat dari HRD perusahaan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti ingin mengungkap lebih jauh tentang seberapa besar **Hubungan Pembiasaan Salat Berjamaah terhadap Gejala Stres Karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka pokok-pokok permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pembiasaan salat berjamaah karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkatgejala stres karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?
3. Bagaimana hubungan pembiasaan salat berjamaah terhadap gejala stres karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui tingkat pembiasaan salat berjamaah karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?
2. Mengetahui tingkat gejala stres karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?
3. Mengetahui hubungan pembiasaan shalat berjamaah terhadap gejala stres karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin?

### **D. Signifikansi Penelitian**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberi manfaat :

1. Manfaat Teoretis
  - a. Secara teoretis penelitian ini dapat digunakan sebagai literatur dalam bidang Psikologi Islam.
  - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tentang ilmu pengetahuan terutama di bidang Psikologi Industri dan Organisasi.
2. Manfaat Praktis

Sebagai sumbangan pemikiran dan bahan pertimbangan untuk para psikolog dan HRD dalam mengatasi permasalahan yang berpengaruh dengan stres kerja karyawan.

## E. Definisi Operasional

Desain operasional merupakan suatu definisi yang mengenai variabel yang dirumuskan dalam karakteristik variabel yang dapat diamati, agar pemahaman dalam penelitian ini tidak ambigu dan bias.<sup>14</sup>

### 1. Pembiasaan Salat Berjamaah

Salat berjamaah adalah salat yang dilakukan bersama, dipimpin oleh seorang imam yang diyakini mampu dan memenuhi syarat sebagai seseorang imam. Makna yang terkandung pada manfaat salat yang dilaksanakan berjamaah adalah disiplin, dan memupuk gotong royong. Salat berjamaah merupakan ibadah yang di dalamnya terkandung unsur kebersamaan yang sangat kuat. Di dalamnya terkandung suatu peluang yang sangat besar untuk saling berkenalan dan bersatu di antara muslimin, yakni saat mereka berjumpa untuk mengerjakan salat lima waktu dan saat masuk maupun keluar dari masjid.<sup>15</sup>

Pembiasaan salat berjamaah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah salat yang dilakukan berdua atau lebih orang dengan cara bersama-sama dengan satu orang yang berdiri di depan sebagai imam dan yang lain sebagai makmum yang dilaksanakan pada waktu dzuhur dan ashar selama hari kerja yang rutin dilakukan oleh karyawan PT.

Kalimas Kharisma Banjarmasin.

---

<sup>14</sup>Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 75.

<sup>15</sup>Rafita yuni dkk, "Pengaruh Kebijakan Wajiban Shalat Berjamaah Terhadap Etos Kerja Pegawai Daerah Kabupaten Rokan Hulu.", 54.

Pembiasaan merupakan sebuah pembentukan sikap dan perilaku yang relatif menetap dan bersifat otomatis melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang, seperti yang dilakukan karyawan PT. Khalimas Kharisma Banjarmasin, mereka menghentikan semua aktifitas ketika adzan berkumandang dan bersama-sama meninggalkan ruang kerja menuju mesjid untuk melakukan kegiatan salat berjamaah.

## 2. Gejala-Gejala Stres

Menurut Selye, manusia merupakan kesatuan antara jiwa dan badan, roh dan tubuh, spiritual dan material. Stres tidak hanya menyangkut lahiriah, tapi juga batin kita. Maka tidak mengherankan bila gejala stres ditemukan dalam segala sisi dalam diri kita yang penting: fisik, emosi, intelektual, dan hubungan interpersonal. Gejala stres yang muncul akan berbeda pada setiap orang karena pengalaman stres sangat pribadi sifatnya.

Stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gejala-gejala dikemukakan oleh selye diantaranya,

### a. Gejala fisik

Seperti sakit kepala, tidur tidak teratur, insomnia (susah tidur), sakit punggung, sakit pada pundak dan pinggang, gatal-gatal pada kulit, urat tegang terutama pada leher dan bahu, terganggu pencernaannya, berubah selera makan, sering merasa kelelahan atau kehilangan daya energi, dan bisa menimbulkan jerawat.

### b. Gejala emosional

Seperti gelisah, cemas, sedih, depresi, mudah menangis, mood berubah-ubah dengan cepat marah, merasa gugup, rasa harga diri menurun dan tidak aman, terlalu peka dan mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, gampang menyerang orang dan bermusuhan.

c. Gejala intelektual

Seperti susah konsentrasi pada pekerjaan yang dikerjakannya, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun, dan kehilangan rasa humor yang sehat.

d. Gejala hubungan interpersonal

Seperti mudah curiga kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji atau tidak memenuhinya, suka mencari-cari kesalahan orang lain atau menyerang orang lain dengankata-kata, mengambil sikap terlalu membentengi dan mempertahankan diri.<sup>16</sup>

## **F. Penelitian Terdahulu**

1. Skripsi yang disusun oleh Ahmad Jauhari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Psikologi Islam tahun 2014 dengan judul “Hubungan Salat Fardhu Berjamaah Dengan Kecerdasan Emosional Pada Jamaah Masjid Al Jihad Banjarmasin.” Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan Salat Fardhu Berjamaah Dengan

---

<sup>16</sup>Agus M. Hardjana, *Stres Tanpa Distres* (Yogyakarta: Kanisius, 1994), 24-26.

Kecerdasan Emosional Pada Jamaah Masjid Al Jihad Banjarmasin. Untuk mengetahui bagaimana bentuk praktek kegiatan salat fardhu berjamaah pada jamaah masjid Al Jihad Banjarmasin dan mengetahui bagaimanakah hubungan salat fardhu berjamaah dengan kecerdasan emosional pada jamaah Masjid Al Jihad Banjarmasin. Dengan hasil penelitian tersebut dibuktikan dengan adanya data hasil dari hasil kuisioner dari 30 jamaah (responden) yaitu: dapat diketahui oleh peneliti bahwa hubungan salat fardhu berjamaah dengan kecerdasan emosional pada jamaah masjid Al Jihad Banjarmasin signifikan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Anggit Astianto tahun 2014 dengan judul "Pengaruh Stres Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya" penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier berganda, sampel penelitian yang berjumlah 89 karyawan hasil penelitiannya adalah adanya pengaruh stres kerja dan beban kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan.

## **G. Hipotesis**

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti data yang terkumpul.<sup>17</sup>

Hipotesis yang dapat peneliti ajukan yaitu terdapat hubungan yang signifikan

---

<sup>17</sup>Azwar, *Metode Penelitian*. 77.

pada pembiasaan salat berjamaah terhadap stres kerja karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.

## **H. Sistematika Penulisan**

Hasil dari penelitian ini untuk mempermudah penulisan maka disusun dengan sistematika penulisan yang terbagi menjadi lima bab, yaitu:

1. Bab pertama yaitu pendahuluan, peneliti memaparkan dari latar belakang masalah dengan mengemukakan beberapa alasan untuk penelitian terkait tema, setelah itu dipertegas dengan rumusan masalah, tujuan, dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian serta sistematika penulisan.
2. Bab kedua yaitu landasan teori yang akan menjelaskan terkait masing-masing variabel penelitian. seperti definisi pembiasaan, definisi salat berjamaah, dan definisi stres kerja.
3. Bab ketiga yaitu penjabaran metode penelitian yang berisi jenis penelitian, populasi dan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, teknik pengolahan dan analisis data, dan proses penelitian.
4. Bab keempat yang berisi tentang laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, uji validitas dan reliabilitas, pelaksanaan penelitian, analisis data penelitian, dan pembahasan yang terkait dengan masalah dalam penelitian ini.

5. Bab kelima yaitu bab terakhir dalam penelitian ini. berisikan kesimpulan dan saran dari penulis sebagai penutup dari pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian ini.