

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Defenisi Stres

1. Stres

Setiap manusia dari berbagai lapisan bisa saja mengalami ketegangan hidup, yang diakibatkan adanya tuntutan dan tantangan, kesulitan, ancaman, ataupun ketakutan terhadap bahaya kehidupan yang semakin sulit terpecahkan. Sehingga seringkali didapati seseorang sering mengalami ketegangan psikologis, merasakan keluhan yang kadang memerlukan pengobatan dan perawatan. Kebiasaan sehat yang baik tidak cukup untuk mengelak dari ancaman penyakit, meski bisa cukup membantu. Kehidupan yang menekan dengan cara mengatasi kejadian yang menekan juga berdampak pada kesehatan dan penyakit.

Pada dasarnya besar kecilnya masalah yang menegangkan tersebut adalah relatif, tergantung dari tinggi rendahnya kedewasaan kepribadian serta bagaimana sudut pandang seseorang dalam menghadapinya. Sebagian besar manusia yang mengalami ketegangan mengambil jalan pintas dengan menghisap rokok secara berlebihan, obat penenang, minuman beralkohol, dan sebagainya dengan harapan terhindar dari stres.

Kebanyakan dari manusia pernah mengalami stres. Stres yang berasal dari Bahasa latin *strictus*, merupakan konsep yang komplikatif dan terkadang membingungkan. Sekitar tahun 1600-an, Robert Hook membuat konsep stres berdasarkan prinsip mekanika dan beban (tenaga eksternal), stres (daerah yang mendapat tenaga), dan ketegangan (strain, kerusakan sebagai hasil beban dan stres). Penelitian ilmiah tentang stres semula dilakukan untuk menguji bagaimana reaksi makhluk hidup menggunakan sumber dayanya untuk melawan atau lari dari stimulus

yang mengancam, baik menghadapi ketegangan fisik seperti beban yang diluar kemampuannya, atau ketegangan psikologis seperti kesulitan atau emosi negatif yang dihasilkan dari konflik hubungan sosial.¹

Menurut Baum (1990), stres adalah pengalaman emosi negatif yang diiringi dengan perubahan fisiologis, biokimia dan behaviorial yang dirancang untuk mereduksi atau menyesuaikan diri terhadap pemicu stres (*stressor*) dengan cara memanipulasi situasi atau mengubah *stressor* atau dengan mengakomodasi efeknya.² Sementara Nair mengungkapkan bahwa stres adalah pengalaman ketidaksesuaian antara sumber daya dan kemampuan dengan tuntutan dan harapan.³ Pengalaman atau kondisi tersebut merupakan variabel lingkungan yang mungkin menimbulkan dampak negatif atau positif tergantung diri cara seorang individu mengolah persepsi kondisi tersebut. Jika persoalan tersebut dianggap terlalu berat dan sulit untuk diatasi kemudian muncul ekspresi seperti gangguan tidur, kelelahan, tekanan darah tinggi, sakit kepala dan luapan emosi seperti marah, panik, cemas, takut, merasa bersalah, dan sedih.⁴

Stres pada wanita menurut Witkin (1986), mempunyai stres tertentu yang disebabkan oleh faktor-faktor tertentu yang berbeda dengan pria. Selain itu budaya juga membedakan peranan pria dan wanita, sehingga faktor-faktor budaya membuat wanita mudah mengalami stres yang tidak dialami oleh pria. Wanita juga memiliki akibat stres yang khusus, yaitu *amenorhea* (berhenti haid), ketegangan sakit kepala pra-haid, depresi pasca persalinan, kemurungan waktu menopause, frigiditas, vaginismus, dan ketidaksuburan.⁵ Sekalipun wanita mempunyai penyakit-penyakit tertentu yang

¹ Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: Grasindo, 2008), 75.

² Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: 2012), 189.

³ Nair, E. *Urban Career Woman and Stress South Asia*. *Jurnal Adult Development*, (2011), 62-65.

⁴ Yehuda, N. *Music and Stress*. *Jurnal Adult Development*, (2013), 85.

⁵ Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. (Yogyakarta: 2007), 55.

diakibatkan oleh stres, tetapi wanita secara umum lebih tahan terhadap stres dan penyakit penyakit yang diderita kurang berbahaya dibandingkan pria.⁶

Dari beberapa pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa stres adalah perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan, baik fisik maupun psikis. Sebagai respon atau reaksi individu terhadap *stressor* (stimulus yang berupa peristiwa, objek, atau orang) yang mengancam, mengganggu, membebani, membahayakan, keselamatan, kepentingan, atau kesejahteraan hidup.

Hubungan stadium perkembangan sakit dengan stres, Potter dan Perry (1989) telah membagi tingkat hubungan stres dengan kejadian sakit yakni:⁷

a) Stres ringan

Dalam tingkatan stres ringan ini biasanya tidak merusak aspek fisiologis, sebaliknya stres sedang dan berat mempunyai resiko penyakit, stres ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang, misalnya lupa ketiduran, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa menit atau beberapa jam. Situasi seperti ini nampaknya tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

b) Stres sedang

Stres sedang terjadi lebih lama beberapa jam sampai beberapa hari. Contohnya kesepakatan yang belum selesai, beban kerja berlebih, mengharapkan pekerjaan baru, anggota keluarga meninggal. Situasi-situasi tersebut dapat bermakna bagi individu yang mempunyai faktor predisposisi sesuatu penyakit koroner.

⁶ Ibid., 56.

⁷Rasmun, *Stress Koping dan Adaptasi: Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 25.

c) Stres berat

Dalam tingkatan stres berat ini bahwa stres yang diterima adalah kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun, misalnya hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial, dan penyakit fisik yang lama.

2. Faktor-faktor pemicu stres (*stressor*)

Faktor pemicu stres dapat diklasifikasikan meliputi beberapa hal berikut:⁸

a) *Stressor* fisik biologis

Beberapa faktor pemicu stres fisik antara lain adalah penyakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau salah satu anggota tubuh kurang berfungsi, wajah yang kurang cantik atau kurang ganteng, dan postur tubuh yang dipersepsi tidak ideal (terlalu kecil, kurus, pendek, atau gemuk)

b) *Stressor* psikologis

Stressor psikologis ini ditandai dengan *negative thinking* atau berburuk sangka, frustrasi (kekecewaan karena gagal dalam memperoleh sesuatu yang diinginkan), iri hati atau dendam, sikap permusuhan, perasaan cemburu, konflik pribadi, dan keinginan yang diluar kemampuan.

c) *Stressor* sosial

Stressor sosial ini meliputi tiga hal yaitu:

Pertama, iklim kehidupan keluarga, seperti hubungan rumah tangga yang kurang bahkan tidak harmonis, perceraian, perselingkuhan, salah satu anggota keluarga meninggal dunia, anak yang nakal, sikap dan perlakuan orang tua yang kurang ramah, dan tingkat ekonomi keluarga yang rendah.

Kedua, faktor pekerjaan, seperti kesulitan mencari pekerjaan, pengangguran, terkena Pemutusan Hubungan Kerja, pekerjaan yang tidak

⁸ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, 193-195.

sesuai dengan minat dan kemampuan, serta penghasilan yang kurang sesuai dengan kebutuhan sehari-hari.

Ketiga, iklim lingkungan, seperti maraknya kriminalitas, perselisihan antar kelompok, harga kebutuhan yang mahal, kemarau panjang, cuaca yang tidak menentu, kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil.

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres adalah keadaan yang disebabkan oleh adanya tuntutan internal maupun eksternal yang dapat membahayakan, tidak terkendali atau melebihi individu akan bereaksi baik secara fisiologis, kognitif, dan perilaku untuk penyesuaian diri terhadap situasi tersebut.

3. Penilaian terhadap stres

Lazarus & Folkman menyatakan bahwa secara umum stres memiliki proses penilaian yang disebut *cognitive appraisal*. *Cognitive appraisal* adalah proses mental dimana individu menilai 2 aspek, apakah tuntutan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologisnya, dan apakah individu memiliki sumber daya yang cukup untuk menghadapi tuntutan tersebut,. Kedua aspek ini membedakan 2 tipe penilaian, yaitu:

- a) Penilaian individu mengenai pengaruh situasi terhadap *well being* individu, yang disebut *primary appraisal*. *Primary appraisal* dapat menghasilkan 3 keputusan, apakah situasi yang dihadapi individu tersebut *irrelevant*, *good* maupun *stressful*.
- b) Penilaian sekunder (*secondary appraisal*), merupakan penilaian mengenai kemampuan individu melakukan coping, beserta sumber daya yang dimilikinya, dan apakah individu cukup mampu menghadapi *harm*, *threat*, dan *challenge* dalam peristiwa yang terjadi, mengevaluasi potensi dan kemampuan dan

menentukan seberapa efektif potensi atau kemampuan yang dapat digunakan untuk menghadapi suatu kejadian.⁹

Menurut Skinner penelitian ini penting bagi usaha untuk mengelola situasi yang menekan. Menilai kejadian sebagai tantangan bisa menghasilkan upaya coping yang penuh percaya diri dan emosi positif, sedangkan menilai kejadian *stressor* sebagai ancaman dapat menurunkan kepercayaan diri dalam melakukan coping dan menimbulkan stres negatif.¹⁰

4. Indikasi stres

Davis dan Nelson yang dikutip dari Achdiat Agus, mengelompokkan menjadi indikasi seseorang yang terkena stres dari beberapa sisi sebagai berikut:

a) Perasaan (*feeling*). Hal ini meliputi:

- 1) Merasa khawatir, cemas, atau gelisah (*feeling anxious*)
- 2) Merasa ketakutan atau kecil hati (*feeling scared*)
- 3) Merasa mudah marah (*feeling irritable*)
- 4) Merasa suka murung (*feeling moody*)
- 5) Merasa tidak mampu menghadapi masalah (*feeling of inability cope*)

b) Pikiran, hal ini meliputi:

- 1) Penghargaan atas diri sendiri rendah (*low self esteem*)
- 2) Mudah lupa (*forgetfulness*)
- 3) Emosi tidak stabil (*emotional instability*)
- 4) Tidak mampu berkonsentrasi (*inability to concentrate*)
- 5) Susah / cemas akan masa depan (*worrying about the future*)

⁹ Safarino, Edward. *Health Psychology: Biopsychological Interactions*. (USA: John Wiley & Sons, 2006) 125

¹⁰ Taylor, Shelley, Peplau, & Sears. *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2009) 550

c) Perilaku, hal ini meliputi:

- 1) Tidak mampu rileks
- 2) Sukar berbicara
- 3) Menangis tanpa alasan yang jelas
- 4) Mudah terkejut atau kaget

d) Tubuh, meliputi:

- 1) Denyut jantung yang meningkat
- 2) Menggigil atau gemetar
- 3) Mudah letih
- 4) Mempunyai persoalan tentang tidur
- 5) Sakit kepala ¹¹

5. Bentuk reaksi individu terhadap stres

a) Fisiologis

Walter Canon memberikan deskripsi mengenai bagaimana reaksi tubuh terhadap suatu peristiwa yang mengancam. Ia menyebut reaksi tersebut sebagai *fight-or-flight response* karena respon fisiologis mempersiapkan individu dapat berespon dengan cepat terhadap situasi yang mengancam. Akan tetapi apabila suatu gejala yang menunjukkan adanya peningkatan aktivitas fisiologis dan psikologis dalam diri seseorang (*aurosal*) yang tinggi terus menerus muncul dapat membahayakan kesehatan individu. ¹²

Selye mempelajari akibat yang diperoleh bila stresor terus menerus muncul. Beliau kemudian mengemukakan istilah *General Adaptation*

¹¹ Achdiat Agus, dkk. *Teori dan Manajemen Stres: Kontemporer dan Islam* (Malang: taroda, 2008) 40-42

¹² Ibid., 196.

Syndrome (GAS) yang terdiri dari rangkaian tahapan reaksi fisiologis terhadap stresor.

- 1) *Alarm Reaction*, reaksi tahapan pertama ini mirip dengan *fight-or-flight response*. Pada tahap ini aurosal yang terjadi pada tubuh organisme terhadap *stressor*. Tapi tubuh tidak dapat mempertahankan intensitas aurosal dari *alarm reaction* dalam waktu yang sangat lama.
- 2) *Stage of Resistance Aurosal*, tahap resistensi aurosal masih tinggi, tubuh masih terus bertahan untuk melawann dan beradaptasi dengan *stressor*. Respon fisiologis menurun, tetapi masih tetap lebih tinggi di bandingkan dengan kondisi normal.
- 3) *Stage of exhaustion*, tahap kelelahan terhadap respon fisiologis masih terus berlangsung. Hal ini dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh dan menguras energi tubuh. Sehingga terjadi kelelahan pada tubuh. *Stressor* yang terus terjadi akan mengakibatkan penyakit dan kerusakan fisiologis dan dapat menyebabkan kematian.¹³

b) Psikologis

Reaksi psikologis terhadap stres meliputi:

1) Kognisi

Menurut Cohen Stres dapat melemahkan ingatan dan perhatian dalam aktivitas kognitif. *Stressor* berupa kebisingan dapat menyebabkan defisit kognitif pada anak-anak. Kognisi juga dapat berpengaruh dalam stres. Baum mengatakan bahwa individu yang

¹³ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, 186.

terus menerus memikirkan stresor dapat menimbulkan stres yang lebih parah terhadap stresor.

2) Emosi

Emosi cenderung terkait dengan stres. Individu sering menggunakan keadaan emosionalnya untuk mengevaluasi stres. Proses penilaian kognitif dapat mempengaruhi stres dan pengalaman emosional. Reaksi emosional terhadap stres yaitu rasa takut, phobia, kecemasan, depresi, perasaan sedih, dan rasa marah.¹⁴

c) Perilaku

Stres dapat mengubah perilaku individu terhadap orang lain. Individu dapat berperilaku menjadi positif maupun negatif. Stres juga dapat mempengaruhi perilaku membantu pada individu. Potensi respon perilaku yang hampir tak terbatas, tergantung pada sifat dari peristiwa stres. aksi konfrontatif terhadap stressor (fight) dan penarikan dari kejadian yang mengancam merupakan (flight) dua kategori umum respon perilaku.¹⁵

B. Defenisi Strategi Coping

1. Strategi Coping

Setelah mengalami kejadian yang amat menekan, individu secara otomatis berusaha untuk mengelola stres. Pengelolaan stres disebut juga dengan istilah *coping*. Menurut Lazarus dan Folkman, coping adalah proses mengelola tuntutan internal atau eksternal yang ditaksir sebagai beban karena diluar kemampuan diri individu.¹⁶

Menurut Lazarus, coping terdiri dari dua bentuk.¹⁷ Pertama, coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), adalah istilah untuk strategi kognitif

¹⁴ Taylor, Health Psychology, (New York: McGraw-Hill, 2003).183.

¹⁵ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, 216.

¹⁶ Ibid., 221.

¹⁷ John W. Santrock. *Perkembangan Remaja.*, 556-667.

untuk penanganan stres atau yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Kedua, coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*), adalah istilah untuk strategi penanganan stres dimana individu memberikan respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan mekanisme pertahanan.

2. Macam-macam strategi coping

Berdasarkan uraian Lazarus dan Folkman secara umum membedakan bentuk dan fungsi coping dalam dua klasifikasi yaitu sebagai berikut: ¹⁸

- a) Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) adalah strategi untuk penanganan stress atau coping yang berpusat pada sumber masalah, individu berusaha langsung menghadapi sumber masalah, mencari sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan stress dan berusaha menyelesaikannya sehingga pada akhirnya stress berkurang atau hilang. Untuk mengurangi stressor individu akan mengatasi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi karena individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stress. Strategi ini akan cenderung digunakan seseorang jika dia merasa dalam menghadapi masalah dia mampu mengontrol permasalahan itu.
- b) Coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) adalah strategi penanganan stress dimana individu memberi respon terhadap situasi stress dengan cara emosional. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Pengaturan ini melalui perilaku individu bagaimana

¹⁸ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, 236-241.

meniadakan faktafakta yang tidak menyenangkan. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang menekan individu akan cenderung untuk mengatur emosinya dalam rangka penyesuaian diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dia merasa tidak bisa mengontrol masalah yang ada.

Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe coping stres, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman, dkk mengenai variasi dari kedua strategi terdahulu, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya bentuk-bentuk coping yang muncul, yaitu:¹⁹

a) *Problem focused coping*, antara lain;

- i. *Planful Problem Solving*, menggambarkan usaha pemecahan masalah dengan tenang dan berhati-hati disertai dengan pendekatan analisis untuk pemecahan masalah.
- ii. *Confrontive Coping*, menggambarkan reaksi agresif untuk mengubah keadaan, yang menggambarkan pula derajat kebencian dan pengambilan resiko.
- iii. Mencari dukungan sosial.

b) *Emotion focused coping*, antara lain:

- i. *Distancing*, menggambarkan reaksi melepaskan diri atau berusaha tidak melibatkan diri dalam permasalahan, disamping menciptakan pandangan-pandangan yang positif.

¹⁹ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, 246-248.

- ii. *Self-Control*, menggambarkan usaha-usaha untuk meregulasi perasaan maupun tindakan.
- iii. *Accepting Responsibility*, yaitu usaha-usaha untuk mengakui peran dirinya dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk mendudukan segala sesuatu dengan benar sebagaimana mestinya.
- iv. *Escape-Avoidance*, menggambarkan reaksi berkhayal dan usaha menghindar atau melarikan diri dari masalah yang sedang dihadapi.
- v. *Positive Reappraisal*, menggambarkan usaha untuk menciptakan makna yang positif dengan memusatkan pada pengembangan personal dan juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

3. Fungsi Strategi Coping

Folkman dan Lazarus (Rahmatus Sa'adah, 2008; 65-66), coping yang berpusat pada emosi (*emotion focused coping*) berfungsi untuk meregulasi respon emosional terhadap masalah.²⁰ Coping ini sebagian besar terdiri dari proses-proses kognitif yang ditujukan pada pengukuran tekanan emosional dan strategi yang termasuk di dalamnya adalah:

- a) Penghindaran, meminiman atau pembuatan jarak
- b) Perhatian yang selektif
- c) Memberikan penilaian yang positif pada kejadian yang negatif

Sedangkan coping yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*) berfungsi untuk mengatur dan merubah masalah penyebab stres. Strategi yang termasuk di dalamnya adalah:

²⁰ Rasmun, *Stress Koping dan Adaptasi*,. 41-43.

- a) Mengidentifikasi masalah
- b) Mengumpulkan alternatif pemecahan masalah
- c) Mempertimbangkan nilai dan keuntungan alternatif tersebut
- d) Memilih alternatif terbaik
- e) Mengambil tindakan

C. Buruh Tani

Menurut Undang-Undang, buruh tani adalah buruh yang diikat dengan hubungan kerja dari sehari-hari dan menerima upah sesuai dengan banyaknya hari kerja, atau jam kerja atau banyak barang atau jenis pekerjaan yang disediakan. Disebut buruh Tani karena buruh yang bersangkutan tidak ada kewajiban untuk masuk kerja dan tidak mempunyai hak yang sama seperti buruh tetap akan tetapi mempunyai tanggung jawab untuk menanam baik padi maupun palawija hingga subur dan bisa di panen. Umumnya buruh tani adalah buruh yang mengerjakan pekerjaan yang sifatnya tidak terus menerus tetapi bersifat musiman.²¹

Buruh tani dapat diartikan sebagai orang yang bekerja kepada pemilik lahan serta mendapatkan upah baik harian maupun mingguan tergantung yang telah di sepakati kedua belah pihak. Namun hal ini hanya mendapatkan upah saja tidak ada tunjangan maupun jaminan kesehatan seperti buruh pada umumnya. Bisa juga dikatakan bahwa buruh tani adalah orang yang senang hati melakukan usaha, kerja-keras, berjerih payah untuk menghasilkan jasa untuk menghasilkan hasil panen sesuai dengan kesepakatan. Buruh tani adalah pemilik jasa dan orang yang melahirkan karya serta memberikan hasil manfaat bagi pemilik lahan. Buruh tani bukanlah orang yang

²¹ Danhartan., *Tingkat Kesejahteraan Buruh Tani Tanaman Pangan di Kecamatan Aluh Aluh Kabupaten Banjarmasin*. Jurusan Sosial Ekonomi Pertanian Fakultas Pertanian Unlam Banjarmasin, (2010), 23

tergelincir pada lilitan ekonomi dan tunduk dalam suatu pekerjaan, tetapi orang yang mengaktifkan diri, berjalan terus dan aktif memenuhi kegiatan produksi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan lain, mengungkapkan bahwa buruh tani adalah seseorang yang bekerja pada pemilik sawah yang sebagaimana peneliti dapatkan sebagai berikut:

“Buruh tani adalah seseorang yang bergerak di bidang pertanian, yang bekerja dengan imbalan upah dengan pemilik lahan yang utamanya dengan cara melakukan pengelolaan tanah dengan tujuan untuk menumbuhkan dan memelihara tanaman (seperti padi, jagung, buah dan lain-lain), dengan harapan untuk memperoleh hasil dari tanaman tersebut untuk digunakan sendiri atau menjualnya kepada orang lain.”²²

Dalam penelitian ini, buruh tani perempuan yang dimaksud adalah perempuan yang bekerja lepas dibidang pertanian karena subjek hanya bekerja pada sektor pertanian. Sehingga subjek lebih tepat dikatakan buruh tani. Buruh tani dalam pengertian ini yaitu pekerja yang mengambil upah dari pemilik sawah atau penyewa sawah. Sebagian dari subjek atas dasar kontrak kerja jangka pendek atau kontrak musiman, dipekerjakan dan dilepas dari hari ke hari.

Sajogyo memberikan cirri-ciri buruh tani yang bekerja dengan upah harian lepas sebagai berikut: ²³

1. Kegiatan Ekonomi

- a) Buruh tani biasanya dipekerjakan oleh pemilik lahan dengan digaji sebagai pekerja harian.

²² KSN, Informan Tahu, di Kediaman Informan, 7 Februari 2019.

²³ Siti Nurhanik. *Sistem Pengupahan Buruh Tani Di Desa SeloPamioro Kec.Imogiri Kab.Bantul*. Fakultas Hukum Syariah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi: 2008,. 22.

- b) Setelah hasil pertanian dipungut, buruh tani diperbolehkan menanami tanah-tanah itu selama masa sekitar enam bulan sebelum tanah ditanami oleh para pemilik lahan atau tuan tanah.
- c) Diwaktu mereka tidak dipekerjakan sebagai buruh, para buruh tani melakukan perdagangan kecil-kecilan yang menghasilkan laba kira-kira sama besarnya dengan gaji mereka.

2. Kedudukan sosial

- a) Para buruh tani berada ditingkat terendah dalam lapisan masyarakat. Mereka tidak mungkin jatuh lebih rendah lagi dan mereka tidak mempunyai kedudukan yang akan dipertahankan maupun yang akan hilang. Posisi seperti ini mempunyai pengaruh besar terhadap nilai-nilai norma kelompok itu.
- b) Buruh tani hidup untuk menyambung nyawa saja, karena tidak ada benda atau orang yang menjamin kehidupan mereka di masa depan. Kenyataan ini mempunyai implikasi penting terhadap rencana-rencana pembangunan yang telah dipertimbangkan sebaik-baiknya berada di luar pengertian buruh tani.
- c) Buruh tani yang sesungguhnya tidak mempunyai latar belakang kecerdasan, juga tidak mempunyai pengalaman untuk mengelola pertanian. Mereka telah biasa bekerja sebagai buruh tani sepanjang hidup karena itu mereka mtahu sedikit mengenai pekerjaan pertanian seperti mencangkul, menanam, menyiangi, dan memanen.

Buruh tani sebagai kelompok sama sekali tidak terikat kepada desa mereka.

Banyak dari mereka berasal dari tempat lain, dan kalau telah datang waktunya mereka

berpindah ketempat yang baru dimana mereka berharap menemukan kesempatan untuk berhasil atau mendapatkan gaji yang lebih besar dan kerja yang lebih ringan.

Berdasarkan paparan tersebut, maka peneliti mengkaji lebih lanjut tentang stres, sumber stres, dan strategi coping pada buruh tani perempuan, sehingga penelitian ini berjudul “Stres dan Strategi Coping pada Buruh Tani Perempuan” berjalan dengan sesuai harapan.