

**STUDI DESKRIPTIF MENGENAI DERAJAT STRES MASYARAKAT
PINGGIRAN REL AKIBAT SUARA BISING KERETA API DI KOTA
BANDUNG**

MEILYNA DITA AMELYA

ABSTRACT

Derajat stres adalah tingkat stres atau tekanan yang dialami seseorang. Stres terjadi apabila hubungan antara individu dan lingkungannya dinilai oleh individu sebagai hal yang sangat membebani hidup atau melebihi sumber daya yang dimilikinya, serta membahayakan kesejahteraannya. Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai derajat stres masyarakat pinggiran rel akibat suara bising kereta api di kota Bandung. Hal yang nyata dihadapi oleh masyarakat pinggiran rel di kota Bandung adalah suara bising kereta yang melalui pengambilan data, ternyata rata-rata volumenya mencapai >95 dB. Suara bising merupakan stresor yang berdampak besar terhadap kesehatan fisik dan psikis namun kehadirannya seringkali terabaikan. Ditambah pula dengan kemunculan suara bising yang tidak menentu karena terjadi perubahan jadwal kereta api di setiap harinya serta minimnya kendali yang dapat mereka lakukan terhadap suara bising tersebut. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebesar 66% dari responden berada di derajat stres sedang, sebesar 26,5% berada di derajat stres rendah, dan sebesar 7,5% berada di derajat stres tinggi. Secara umum, sebagian besar masyarakat pinggiran rel merasa bahwa suara bising kereta api cukup membebani atau melebihi sumber daya yang dimilikinya.

DERAJAT STRES MASYARAKAT PINGGIRAN REL AKIBAT SUARA BISING KERETA API DI KOTA BANDUNG

Stres terjadi apabila hubungan antara individu dan lingkungannya dinilai oleh individu sebagai hal yang sangat membebani hidup atau melebihi sumber daya yang dimilikinya, serta membahayakan kesejahteraannya. Dengan kata lain stres terjadi karena adanya kesenjangan (*perceived discrepancy*), dalam bentuk nyata atau tidak, antara tekanan dari suatu situasi dan sumber daya individu (meliput sumber biologis, psikologis, dan sistem sosial) (Lazarus & Folkman, 1984). Derajat stres adalah tingkat stres atau tekanan yang dialami oleh seseorang. Faktor-faktor dalam kehidupan manusia yang mengakibatkan terjadinya respon stres dinamakan stresor. Terdapat empat kategori stresor lingkungan, yakni *cataclysmic event*, *personal event*, *daily hassles*, dan *ambient stressors* (Baum, Singer, & Baum, 1982; Champbell, 1983; Lazarus & Cohen, 1977).

Suara bising (*noise*) merupakan bagian dari *ambient stressors*, yang kehadirannya sangat erat dengan kehidupan manusia dan berdampak besar namun seringkali tidak disadari atau justru terabaikan. Dampaknya bukan hanya pada fisik tapi juga psikis. Dampak psikis yang dialami salah satunya adalah stres. Suara bising adalah suara yang tidak diinginkan atau yang tidak diharapkan (Kryter, 1970 dalam Baum & Paulus, 1987). Terdapat tiga dimensi yang mempengaruhi karakteristik suara bising, yaitu volume suara, perkiraan munculnya suara, dan kendali suara.

Diperoleh data mengenai suara bising kereta api dengan menggunakan alat *sound level meter* rata-rata sebesar >95 dB, angka ini merupakan angka yang besar mengingat normalnya pendengaran manusia adalah 60 dB. Jadwal kereta yang berubah setiap harinya membuat kedatangan suara bising tidak dapat diperkirakan secara pasti. Ditambah lagi dengan minimnya kendali masyarakat pinggiran rel terhadap suara bising kereta yang menderunya.

METODA

Partisipan

Subjek penelitian ini adalah masyarakat pinggiran rel yang rumah tinggalnya berada di 0-6 meter dari rel, berusia 20-45 tahun, dan sudah tinggal selama minimal 1 tahun. Jumlah ini didapatkan dari penggunaan teknik *multistage cluster sampling*, yakni membagi secara acak subjek penelitian yang luas menjadi bagian-bagian terkecil agar dapat digunakan menjadi sampel penelitian. Teknik ini digunakan karena peneliti tidak memperoleh data pasti mengenai total populasi masyarakat pinggiran rel yang berada di kota Bandung. Melalui proses pembagian secara acak, didapatkan sampel penelitian sejumlah 53 orang.

Pengukuran

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil adaptasi dari Teori Stres Lazarus & Folkman tahun 1984. Kuesioner ini terdiri dari 72 pernyataan yang menggali mengenai penilaian primer, penilaian sekunder, dan

faktor-faktor yang mempengaruhi penilaian tersebut baik dari individu itu sendiri maupun situasi.

HASIL

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis pembahasan terhadap derajat stres masyarakat pinggiran rel akibat suara bising kereta api di kota Bandung, diperoleh beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil data ditemukan bahwa sebesar 66% responden berada di derajat stres sedang. Secara umum, sebagian besar masyarakat pinggiran rel merasa bahwa suara bising kereta api cukup membebani atau melebihi sumber daya yang dimilikinya. Penilaian primer menunjukkan bahwa sebagian besar responden menilai suara bising kereta api sebagai sebuah tantangan (*challenge*) untuk mereka bisa bertahan hidup di kondisi tersebut. Penilaian sekunder menunjukkan bahwa sumber daya material lah yang menyebabkan mereka bertahan tinggal di wilayah tersebut.
2. Sebesar 26,5% berada di derajat stres rendah, responden tidak merasa bahwa suara bising kereta api membebani atau melebihi sumber daya yang dimilikinya.
3. Sebesar 7,5% berada di derajat stres tinggi, hal ini menunjukkan bahwa suara bising kereta api dirasakan membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki. Responden menilai bahwa suara bising kereta api mengancam kesejahteraannya dan membuatnya kehilangan hal

berharga dalam dirinya. Penilaian sekunder menunjukkan bahwa suara bising kereta api melampaui kesehatan dan tenaga yang dimilikinya.

4. Demografi responden berupa tingkat pendidikan, lama tinggal, usia, dapat menjadi faktor yang mempengaruhi perbedaan derajat stres.
5. Data penunjang berupa tensi darah menunjukkan bahwa 68% responden berada di tekanan darah tinggi, 21% berada di tekanan darah normal, dan 11% beradadi tekanan darah rendah. Banyak faktor yang menyebabkan tingginya tekanan darah, diantaranya karena asupan makanan, dan keturunan. Namun hal ini bisa pula menjadi data respon fisiologis yang diakibatkan oleh stres.

DAFTAR PUSTAKA

Cassidy, Tony. 1997. *Environmental Psychology, Behavior and Experience in Context*. UK: Psychology Press.

Chaplin, J. D. 1985. *Dictionary of Psychology*. New York: Dell Publishing Company.

Christensen, Larry B. 2007. *Experimental Methodology 10th Edition*. Boston: Pearson Education Inc.

Evans-Martin, F. Fay. 2007. *Emotion and Stress*. USA : Gray Matter.

Fuchs, Jurgen. Packer, Lester. 2001. *Environment Stressor in Health and Disease*. New York: Marcel Dekker.

Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Taylor, Shelley E. 2009. *Health Psychology 7th Edition*. Los Angeles: McGraw-Hill.

Wirawan, Sarlito. 1992. *Psikologi Lingkungan*. Jakarta: Grasindo.

Sumber dari Skripsi dan Thesis:

Agustina, Rahayu. 2014. *Gambaran Derajat Stres dan Coping Strategy yang Digunakan Oleh Koas Gigi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran Angkatan 2009*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.

Ardiana, Lintang. 2007. *Persepsi Ketidaknyamanan*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. [Online] <http://lontar.ui.ac.id> (diakses Maret 2014)

Hanum, Latifa. 2007. *Kebisingan Pemukiman Pinggiran Rel Kereta Api: Analisis Preferensi, Persepsi dan Willingness to Accept (Kasus Desa Cilebut Timur KabupaJen Bogor Jawa Barat)*. Bogor: Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor. [Online] <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/561994> (diakses Maret 2014)

Hidayat, Syarif. Purwanto. Hardiman Gagoek. 2012. *Jurnal Ilmu Lingkungan Volume 10: Kajian Lingkungan dan Persepsi Ketergangguan Masyarakat Akibat Penambangan Batu Andesit di Desa Jelandri, Kecamatan Winongan, Kabupaten Pasuruan Jawa Timur*. _____: Program Studi Ilmu Lingkungan Pasca Sarjana Universitas Diponegoro. [Online] <http://repository.undip.ac.id> (diakses Februari 2014)

Kristiani, Monika Dwi. 2007. *Studi Deskriptif Mengenai Stres Pada Pekerjaan Sebagai Floor Trader Di Bursa Efek Jakarta*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran

Purba, Sartika Sari. 2012. *Hubungan Antara Self-efficacy Dengan Derajat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Pertanian Dalam Proses Pembuatan Skripsi*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.

Rejeki M., Runggu. 1997. *Hubungan Vocational Adjustment dengan Stres Kerja*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.

Sumber dari Jurnal:

Anonim. 2011. *Pengkajian Kebisingan di Sekitar Bandara di Beberapa Kota Besar di Indonesia (Airport Noise)*. _____ : Pusparpedal Kementerian Lingkungan Hidup. [Online] <http://www.pusarpedal.menlh.go.id> (Diakses Desember 2013)

Ikron, I Made Djaja. Ririn Arminsih Wulandari. 2007. *Pengaruh Kebisingan Lalu Lintas Jalan Terhadap Gangguan Kesehatan Psikologis Anak SDN Cipinang Muara Kecamatan Jatinegara, Kota Jakarta Timur Provinsi DKI Jakarta*. Jakarta : Kesehatan Makara. [Online] <http://www.journal.ui.ac.id> (Diakses Desember 2013)

Margiantono, Agus. 2011. *Jurnal Pengembangan Rekonstruksi dan Teknologi Volume 13 Nomor 2: Analisis Tingkat Kebisingan Stasiun Kereta Api. Semarang: Jurusan Teknik Elektro Fakultas Teknik Universitas Semarang.* [Online] <http://repository.usm.ac.id> (diakses Maret 2014)

Widodo, Yopi. 2011. *Bertahan Puluhan Tahun Tersandera Deru Kereta.* Surabaya : Surabaya Post. [Online] at <http://www.surabayapost.co.id/> (diakses Desember 2013)