

## Editorial

### Stres pada Pramugari

Abraham Simatupang

Majalah Kedokteran UKI

Stres dalam berbagai bentuk merupakan bagian dari kehidupan, termasuk stres “akibat” kerja. Meskipun harus diakui bahwa stres akibat kerja tidaklah berdiri sendiri, sangat bergantung pada pra-kondisi orang tersebut di lingkungan sosialnya, termasuk keluarga, kawan, sahabat dan tentu lingkungan di tempat kerjanya. Manusia diberi kemampuan untuk mengatasi stres atau stress coping, namun ini pun kembali tergantung pada pra-kondisi orang yang mendapat stres.

Stres di tempat kerja seringkali tidak nampak atau orang tersebut berusaha untuk bisa mengatasinya sendiri atau “menyembunyikan” nya. Hal ini terutama pada pekerja di jasa pelayanan terdepan, seperti kasir, penerima tamu termasuk pramugari.<sup>1</sup> Mereka tentu diharapkan untuk selalu menunjukkan keramah-tamahan kepada pelanggan dalam situasi apa pun.

Tulisan Napitupulu MFL *et al.*, di edisi kali ini yang berjudul Risk factors and Aftermath of Stress on Female Commercial Flight Attendants in Indonesia memberikan gambaran bahwa tingkat stres pramugari yang mereka teliti cukup tinggi dan semakin lama masa kerjanya (6-10 tahun) faktor risiko stresnya meningkat sampai 8 kali daripada yang masa kerja singkat. Tentu tingkat stres ini bisa mempengaruhi kinerja mereka, perlu juga dilihat bagaimana mereka menyikapi stres ini.<sup>2</sup> Latihan fisik dikatakan salah satu upaya pengurangan stres, dan dari data Napitupulu MFL dkk tampak tidak ada perbedaan antara pramugari yang melakukan latihan fisik dengan tidak melakukan latihan fisik dalam hal pengurangan stres.

Mungkin latihan fisik yang dilakukan responden tidak rutin dan tidak dilakukan secara benar. Perundungan (bullying) dan sexual harrasment termasuk yang sering dialami juga oleh pekerja wanita.<sup>3</sup> Selain itu, cukup banyak juga kasus, terutama pilot maskapai penerbangan Indonesia, yang menggunakan narkoba, sehingga mereka mendapat sanksi tidak boleh menerbangkan pesawat (grounded). Hal tersebut menarik untuk diteliti lebih jauh, alih-alih stres pilot maskapai penerbangan swasta Indonesia demi menjaga keselamatan penerbangan.

Artikel asli lain pada edisi ini ditulis oleh Alfarabi M dan Lenny GM tentang uji toksisitas fitokimia herba dari Kalimantan Barat dan Kahtan *et al* tentang uji anti malaria akar pasak bumi. Sedangkan laporan kasus tentang gizi buruk sekunder akibat kelainan genetik oleh Samsudin, *et al.* Pardede *et al*, menulis tinjauan pustaka disfungsi kandung kemih non-neurogenik pada anak.

Akhir kata, selamat membaca!

### Daftar Pustaka

1. MacDonald LA, Deddens JA, Grajewski BA, Whelan EA, Hurrell JJ. Job stress among female flight attendants. *J Occup Environ Med.* 2003;45(7):703–14.
2. Hajiyousefi H, Asadi H, Jafari A. Work Stress among Flight Attendants ; The Perspective of a Standard Sports Examination Designing as a Prerequisite to Flight License. (2017) *Int. Res J Applied Basic SCI* 11(1):31–40.
3. American Psychological Association. “Bullying More Harmful Than Sexual Harassment On The Job, Say Researchers.” *ScienceDaily.* [www.sciencedaily.com/releases/2008/03/080308090927.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2008/03/080308090927.htm) (diakses pada September 5, 2018)