

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Wirausaha merupakan salah satu pekerjaan yang paling memicu stres atau tekanan. Stresor dalam kewirausahawan seperti beban kerja dan intensitas kerja yang tinggi, serta masalah keuangan, perubahan pasar yang cepat, lingkungan yang tidak dapat diprediksi, dan tanggung jawab pribadi yang besar, semuanya dapat menyebabkan tekanan pada kesehatan mental dan fisik seorang pengusaha (Moffit, 2015). Mereka harus berani menghadapi ketidakpastian dan secara pribadi bertanggung jawab (dan berkewajiban) atas semua keputusan yang telah mereka buat dan beri. Mereka memiliki jam kerja terlama dari semua bidang pekerjaan. Dan mereka harus dengan cepat mengembangkan keahlian di semua bidang manajemen mulai dari keuangan, pemasaran, hingga manajemen sumber daya manusia dalam proses memulai dan mengelola bisnis baru mereka (Gligorovski & Odzaklieska, 2021). Kewirausahaan adalah usaha yang sangat berisiko dan dapat merugikan pengusaha dalam jumlah besar-besaran. Bahkan ketika seorang pengusaha sudah mengamati sebuah peluang, akan selalu ada kemungkinan mendapatkan hasil kegagalan dalam meraih peluang tersebut (Emami & Dimov, 2017).

Pengusaha biasanya beroperasi di pasar yang sangat kompetitif atau baru, di mana ada risiko dan ketidakpastian yang cukup besar. Selain itu, tidak seperti karyawan yang digaji, wirausahawan memiliki tanggung jawab pribadi dalam keberhasilan dan keberlangsungan perusahaan mereka dan biasanya lebih mengidentifikasi dirinya terhadap pekerjaan mereka dengan bekerja lebih keras

dan lebih lama daripada karyawan tradisional (Nikolova, 2019). Dengan demikian, kehidupan seorang pengusaha cenderung didominasi oleh pekerjaan. Seringkali, tidak ada pemisahan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga/sosial mereka, sehingga kelelahan, kepusingan, dan gejala stres lainnya menggodanya domain kehidupan sehari-harinya di luar pekerjaan (Grant & Ferris, 2012). Stres yang dialami oleh pengusaha tidak selalu disebabkan oleh pekerjaan mereka yang jauh lebih banyak daripada non-pengusaha, tetapi disebabkan oleh pentingnya keputusan yang mereka buat, sifat pekerjaan yang mereka lakukan, variasi lingkungan di mana mereka beroperasi, dan tingkat tanggung jawab yang mereka pegang untuk memastikan bahwa keputusan tersebut adalah yang terbaik untuk perusahaan mereka dan diri mereka sendiri (Cardon & Patel, 2015).

Beberapa karakteristik dalam pemilihan jalur karir kewirausahaan (misalnya, memiliki tingkat kontrol dan otonomi yang tinggi terhadap perusahaan) telah sebagian besar mempengaruhi keputusan individu untuk meyakinkan dirinya bahwa karir dalam bidang kewirausahaan adalah pemilihan yang tepat. Menurut (Mahesa & Rahardja, 2012), keinginan untuk merasa bebas dalam bekerja, pencapaian pribadi, dan toleransi risiko adalah beberapa karakteristik yang mendorong seseorang untuk menjadi seorang wirausaha. Kebebasan dalam tempat kerja mengacu kepada model kerja di mana seseorang melakukan pekerjaan dengan upaya yang minimal tetapi mendapatkan penghasilan yang jauh lebih besar, atau mungkin pergi melaksanakan pekerjaan tanpa dibatasi oleh aturan atau jam kerja yang ditetapkan, atau juga melakukan bisnis sesekali tetapi sekali menghasilkan keuntungan, untungnya dapat bertahan selama berbulan-bulan atau hanya beberapa

minggu. Pencapaian tujuan kerja yang diharapkan, seperti kebahagiaan kerja dan kenyamanan kerja, disebut sebagai pencapaian pribadi. Toleransi risiko mengacu pada kapasitas dan kecerdikan seseorang dalam menentukan ukuran risiko yang akan diterima untuk memperoleh pendapatan yang diproyeksikan. Semakin percaya diri seseorang dalam bakatnya sendiri, semakin yakin dia dalam kapasitasnya untuk mencapai hasil keputusannya, dan semakin yakin dia dalam mencoba apa yang dianggap berbahaya oleh orang lain (Nikolova, 2019).

Namun, banyak karakteristik lainnya (misalnya, memiliki jam kerja yang lebih lama, ketidakmampuan untuk dapat memisahkan waktu kerja dan waktu luang, ataupun kewajiban untuk memenuhi segala tuntutan dari pemangku kepentingan) berkemungkinan mengubah keputusan mereka berhubung bahwa karakteristik tersebut telah terbukti menyebabkan stres dan, sebagai akibatnya, kesehatan pribadi yang memburuk bagi seorang pengusaha (Eager et al., 2015).

Dibandingkan dengan negara-negara Asia lainnya, Indonesia memiliki tingkat kewirausahaan yang lebih rendah (tingkat kewirausahaan membandingkan jumlah total pengusaha dalam negara dengan jumlah total populasi dalam negara). Malaysia memiliki 4,74 persen kewirausahaan, Thailand memiliki 4,26 persen kewirausahaan, Singapura memiliki 8,76 persen kewirausahaan, sedangkan Indonesia hanya memiliki 3,47 persen kewirausahaan (Gultom, 2021). Banyaknya wirausahawan di suatu negara menentukan keberhasilan ekonomi negara tersebut. Akan ideal jika suatu negara memiliki 5% penduduknya yang berwiraswasta, karena mereka akan menjadi mesin perekonomian. Keberhasilan ekonomi, selain dapat meningkatkan kesejahteraan bangsa, juga mendukung kemajuan bagian-

bagian lain kehidupan negara, seperti kemajuan politik, sosial, budaya, dan teknologi (Gultom, 2021). Sayangnya, jumlah wirausahawan di Indonesia masih sedikit, dan kualitas dan kemampuan wirausahawan yang ada belum cukup baik untuk meningkatkan perekonomian, sehingga kurangnya jumlah dan kualitas wirausaha menjadi isu penting dalam pembangunan ekonomi negara (Mahesa & Rahardja, 2012).

Dalam kalangan wirausahawan, gangguan tidur atau insomnia cenderung mengurangi kualitas dan kemampuan (misalnya, kewaspadaan, kreativitas, dan kompetensi sosial) yang diperlukan oleh pengusaha untuk membuka dan mengelola bisnis yang sukses. Gangguan tidur atau biasa disebut dengan insomnia merupakan salah satu masalah utama yang dapat berdampak negatif pada kapasitas wirausahawan untuk mencapai keberhasilan (Gunia, 2018). Masih sedikit penelitian di Indonesia tentang prevalensi insomnia yang disebabkan oleh stres pekerjaan (Afrianti et al., 2007). Sebagian besar tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada hubungan antara stresor kewirausahaan dengan terjadinya gangguan insomnia antara pengusaha berpengalaman dengan pengusaha pemula di Indonesia.

Stres di tempat kerja adalah masalah umum yang menjadi sumber kekhawatiran di bidang kesehatan dan keselamatan kerja. Kesulitan atau stresor yang dialami oleh pekerja dapat menyebabkan ketidakstabilan psikologis dan berdampak pada produktivitas (Afrianti et al., 2007). Berbagai stresor di tempat kerja dapat menghasilkan reaksi psikologis, fisiologis, dan perilaku yang mungkin memengaruhi kesehatan, menurut "model stres dan kesehatan kerja" dari National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) (Caruso et al., 2004).

Gangguan tidur (insomnia) adalah salah satu masalah perilaku yang sering timbul dari stresor pekerjaan.

Di dunia yang semakin maju ini, para pengusaha seringkali lupa untuk memperhatikan stres ketika mengelola perusahaan mereka, yang menyebabkan penurunan kualitas pekerjaan, kecemasan, dan depresi. Ada penelitian bahwa gangguan tidur atau insomnia dikaitkan dengan masalah perilaku dan emosional, termasuk kecemasan dan depresi (Roberts et al, 2008). Sudah mapan dalam literatur medis bahwa ada hubungan antara stres yang berkepanjangan dan hasil fisiologis, yang dapat mempengaruhi kerentanan tubuh terhadap penyakit dan menyebabkan efek kesehatan jangka panjang yang merugikan (Eager et al., 2015). Stres bagi pengusaha seperti racun yang perlahan-lahan melumpuhkan pikiran dan badan mereka, stres dapat menyebabkan masalah besar dalam hidup mereka dan untuk mengelola stres, mereka perlu memiliki dan merancang manajemen stres dalam hidup mereka (Gligorovski & Odzaklieska, 2021).

Sejumlah besar penelitian menunjukkan bahwa wirausahawan lebih puas dalam pekerjaan mereka daripada karyawan tradisional yang serupa (Nikolova, 2019). Utilitas yang diperoleh pengusaha dari memiliki fleksibilitas dan otonomi yang tinggi biasanya telah dikaitkan dengan kepuasan kerja ini. Mengingat hal ini, literatur tentang bagaimana kewirausahaan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental melalui jam kerja yang panjang, tekanan waktu, stres, dan sosialisasi yang menurun telah mendapat perhatian yang sedikit (Nikolova, 2019). Kewirausahaan pada dasarnya selalu menimbulkan stres terhadap pengusaha. Kerugian yang dikaitkan dengan kegiatan dalam berwirausaha dapat mencapai tingkat tinggi

sehingga dapat memicu stres yang bersifat kronis dan penyakit lainnya yang disebabkan oleh stres. Meskipun penyebabnya sudah diketahui secara umum dan dampaknya sudah terbukti, pemahaman kita tentang cara wirausahawan mengatasi stres tersebut masih terbatas. Ada kelangkaan penelitian dalam bidang ini, penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan cara seorang pekerja mengatasi stres hanya terbatas pada tingkat organisasi dan bukan tingkat individu (Eager et al., 2015). Penelitian ini berfokus pada pengendalian stres dalam tingkat individu atau pengusaha tersebut langsung, khususnya antara pengusaha yang sudah berpengalaman dan pengusaha yang masih pemula.

Menciptakan dan menjalankan bisnis baru mungkin merupakan pengalaman yang bermanfaat, mencerahkan, dan sangat menarik. Pengusaha, di sisi lain, menghadapi berbagai stresor yang diketahui berbahaya bagi kesehatan pekerja, seperti jam kerja yang panjang, upaya tenaga kerja yang tinggi, dan pengaturan bisnis yang tidak dapat diprediksi dan selalu berubah. Akibatnya, menjadi seorang pengusaha sering dijuluki "salah satu jalur karir yang paling menuntut" (Cardon & Patel, 2015). Secara umum, stres terkait pekerjaan memiliki berbagai efek negatif pada hasil penting seperti kinerja pekerjaan, vitalitas, keterlibatan, kesehatan fisik dan psikologis sang pengusaha (Van Yperen & Janssen, 2002). Mengingat temuan ini, masih minim pengetahuan kita karena penelitian kewirausahaan sebelumnya telah sebagian besar mengabaikan kesehatan dan kesejahteraan pengusaha sebagai topik penelitian (Shepherd et al., 2015) (Wiklund et al., 2017), terutama pengaruh dari stresor kewirausahaan.

Entrepreneurial Stressors, atau kendala yang tidak diinginkan dalam lingkungan kerja kewirausahaan (misalnya, kurangnya sumber daya keuangan, peralatan yang tidak memadai), sangat menghambat pemulihan dan kesejahteraan pengusaha. Peneliti akan melihat bagaimana dua ukuran, yaitu pemulihan (*Work-Home Interference*) dan kesejahteraan (insomnia) yang saling berhubungan dipengaruhi oleh *Entrepreneurial Stressors*. Pertama, peneliti akan melihat bagaimana *Entrepreneurial Stressors* akan memengaruhi *Work-Home Interference*, suatu kondisi di mana kekhawatiran terkait pekerjaan mengganggu kehidupan pribadi orang, mencegah mereka melepaskan diri dan memulihkan diri selama jam non-kerja (Derks et al., 2015). Kemudian, sebagai titik utama penelitian, kami fokus pada insomnia di kalangan pengusaha dan menyelidiki bagaimana *Entrepreneurial Stressors* berdampak pada insomnia, yang merupakan indikator penting dari kesehatan dan kesejahteraan pengusaha.

Namun, *Entrepreneurial Stressors* tidak mempengaruhi insomnia dan *Work-Home Interference* dengan cara yang sama untuk semua pengusaha. Maka, peneliti akan menggunakan pengalaman kewirausahaan sebelumnya, yaitu antara pengusaha berpengalaman dan pengusaha pemula, sebagai moderator utama dalam menentukan bagaimana *Entrepreneurial Stressors* mempengaruhi pemulihan dan kesejahteraan pengusaha. Pengusaha yang berpengalaman dan yang pemula diharapkan bereaksi secara berbeda terhadap stresor kewirausahaan karena mereka berbeda tidak hanya dalam proses belajar dan mengatasi, tetapi juga dalam cara mereka memandang pekerjaan mereka sebagai pemilik bisnis.

Dengan berbagai latar belakang yang telah di diskusi oleh peneliti, maka peneliti akan melaksanakan penelitian dengan judul “Dampak Diferensial dari Entrepreneurial Stressors pada Work-Home Interference dan Insomnia Antara Pengusaha Berpengalaman dengan Pemula.”

1.2 Rumusan Masalah

Dengan latar belakang yang telah dipaparkan, terdapat beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah hubungan antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia dimediasi secara parsial oleh *Work-Home Interference*?
2. Apakah *Entrepreneurial Experience* memoderasi hubungan langsung antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia?
3. Apakah *Entrepreneurial Experience* memoderasi hubungan tidak langsung antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia yang dimediasi oleh *Work-Home Interference*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah:

1. Menganalisis peran *Work-Home Interference* sebagai mediator parsial antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia.
2. Menganalisis peran *Entrepreneurial Experience* sebagai moderator dalam hubungan langsung antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia.
3. Menganalisis peran *Entrepreneurial Experience* sebagai moderator dalam hubungan tidak langsung antara *Entrepreneurial Stressors* dan Insomnia yang dimediasi oleh *Work-Home Interference*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menambahkan prevalensi insomnia yang disebabkan oleh stres pekerjaan, khususnya dalam bidang kewirausahaan. Dan berkontribusi pada studi tentang pengalaman wirausaha, peran wirausaha, dan pekerjaan wirausahawan—interaksi kehidupan pribadi dengan mengidentifikasi perbedaan besar antara wirausaha pemula dan wirausaha berpengalaman.

1.4.2 Manfaat Praktis

Memberikan kontribusi untuk pemahaman yang lebih dalam tentang berbagai tuntutan dan masalah yang dihadapi pengusaha pemula dan berpengalaman di Indonesia ketika dihadapkan dengan tekanan kewirausahaan dalam menjalankan bisnis sehari-hari mereka.