

Burnout Dan Peran Jaringan Sosial Sebagai Penanganan Stres Pemegang Indonesia Di Tokyo = Burnout and the Role of Social Networks as Coping Mechanism for Indonesian Interns in Tokyo

Jeremy Ivander, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920547571&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini mengkaji para pemegang Technical Intern Training Program (TITP) asal Indonesia yang bekerja di Tokyo, ibu kota Jepang. Penelitian sebelumnya telah mengungkap bahwa para pemegang Indonesia di Jepang sering mengalami stres hingga mencapai tahap burnout. Penelitian terdahulu mengungkapkan faktor-faktor penyebabnya antara lain adalah kurangnya fasilitas dan dukungan dari pemerintah Indonesia untuk membantu pemegang selama berada di Jepang. Penelitian ini menggunakan teori jaringan sosial, konsep in-group, serta teori faktor stres bekerja di luar negeri dan strategi coping. Metode pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Data penelitian diambil dengan cara melakukan wawancara mendalam kepada lima pemegang (Technical Intern Trainee Program) TITP asal Indonesia yang saat ini sedang bekerja di Tokyo, Jepang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jaringan sosial memiliki pengaruh besar terhadap strategi coping yang digunakan oleh para pemegang Indonesia di Tokyo. Jaringan sosial berperan penting sebagai pemecah masalah, pemberi dukungan sosial, dan pemandu bagi para pemegang. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa faktor penyebab stres terbesar bagi pemegang adalah stres komunikasi. Dalam menangani masalah yang tidak dapat diatasi, strategi coping berfokus pada emosi (Emotion Focused Coping) terbukti paling efektif.

.....This study examines Indonesian Technical Intern Training Program (TITP) trainees working in Tokyo, the capital of Japan. Previous studies have revealed that Indonesian interns in Japan often experience stress to the point of burnout. Previous studies also have revealed that the causal factors include the lack of facilities and support from the Indonesian government to help trainees while in Japan. This study uses social network theory, the in-group concept, and the theory of stress factors working abroad and coping strategies. The research approach method used is a qualitative approach. Research data was taken by conducting in-depth interviews with five TITP trainees (Technical Intern Trainee Program) from Indonesia who are currently working in Tokyo, Japan. The results of the study indicate that social networks have a major influence on the coping strategies used by Indonesian interns in Tokyo. Social networks play an important role as problem solvers, social support providers, and guides for interns. In addition, this study also found that the biggest stress factor for interns is communication stress. In dealing with intractable problems, emotion-focused coping strategies have proven to be the most effective.