BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada masa pandemic ini, seluruh rakyat Indonesia melakukan segala cara untuk memutus rantai penyebaran COVID-19. Dalam situasi ini, tidak hanya awak medis yang menjadi garda terdepan, melainkan Polisi juga ikut membantu. Pemerintah memperkuat kewajiban *physical* distancing melalui Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan Peraturan Kementrian Kesehatan (Permenkes) No. 9 Tahun 2020. Aturan ini harus terpenuhi, dan Polri menjadi salah satu garda terdepan.

Peran Polri menjadi krusial dan signifikan untuk mencegah penyebaran COVID-19 dan tentunya menjadi tugas tambahan yang tidak terduga sebelumnya. Selain itu, adanya kegitan vaksinasi bersama yang mengharuskan seluruh rakyat Indonesia mengikuti peraturan tersebut. Adapun tugas tambahan untuk Polri adalah mengadakan kegiatan vaksin bersama yang diperuntukkan bagi warga yang belum Vaksin. Salah satunya adalah di Bengkulu, selain menjalankan kewajiban sebagai anggota Polri, para Polisi juga ikut terjun dalam kelancaran kegiatan vaksinasi tersebut dengan cara ikut mencari warga yang belum tervaksin, hal ini menjadi stres tersendiri bagi anggota yang belum siap menghadapi tugas tambahan dan tidak bisa membagi waktu.

Polisi merupakan salah satu pekerjaan yang memiliki resiko tinggi terhadap timbulnya stres, hal ini dikarenakan Polisi mendapat tekanan saat melaksanakan tugas (Sarafino, 2011). Tugas-tugas yang dijalankan oleh pihak kepolisian dapat menimbulkan ketegangan sehingga dapat memicu potensi stres yang tinggi saat bekerja karena tugas yang cukup berat dan beban tugas yang tinggi (Jorgansen & Rottman, 2008).

Stres kerja yang dialami oleh Polisi dapat disebabkan oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dimaksud dalam penelitian ini adaah dukungan sosial dan faktor internal dalam penelitian ini adalah resiliensi. Dukungan sosial merupakan suatu kebersamaan sosial, dimana individu berada didalamnyam yang memberikan beberapa dukungan seperti bantuan nyata, dukungan informasi dan dukungan emosional sehingga individu merasa nyaman (Lazarus, 1991).

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan *adversity* atau trauma. Secara umum resiliensi mengarah pada

pola adaptasi positif selama atau sesudah menghadapi masa sulit atau trauma. Herrman, Stewart, Diaz-Granados, Berger, Jackson dan Yuen (2011). Anggota Polri yang mampu beradaptasi dengan masalahnya di lingkungan kerja dan tugas-tugas yang diberikan akan lebih mudah menjalankan tanggung jawab dan kewajibannya sebagai anggota Polri. Selain itu seorang Polisi yang mendapatkan dukungan sosial seperti bantuan dari keluarga, rekan kerja dan pimpinan dapat membuatnya lebih termotivasi dalam menjalankan tugas. Jadi, Polisi yang mendapat dukungan sosial dan memiliki resliensi diri yang baik akan terhindar dari stres kerja. Sebaliknya Polisi yang tidak mendapatkan dukungan sosial dan tidak memiliki resiliensi diri yang baik akan lebih mudah mengalami stres kerja.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi terhadap stress kerja anggota kepolisian POLDA Bengkulu, untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial terhadap stress kerja anggota kepolisian POLDA Bengkulu, dan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi terhadap terhadap stress kerja anggota kepolisian POLDA Bengkulu**.** Sedangkan subjek pada penelitian ini berjumlah 169 orang.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stress kerja pada anggota Kepolisian POLDA Bengkulu tidak terjawab karena berdasarkan hasil uji analisis yang dilakukan, hipotesis tersebut di tolak. Hal ini dikarenakan pada uji asumsi tepatnya uji linieritas, data yang peneliti dapatkan tidak linier. Sehingga, peneliti tidak melakukan uji analisis regresi linier berganda.

Berdasarkan hasil analisis data variabel dukungan sosial diperoleh koefisien t = 0,376 dengan p = 0,707 (p > 0,05). Artinya dukungan sosial memiliki hubungan positif yang tidak signifikan dengan stress kerja. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan yang negative dan signifikan antara dukungan sosial dengan stress kerja, ditolak.

Berdasarkan hasil analisis data variabel resiliensi diperoleh koefisien t = -1,084 dengan p = 0,280 (p > 0,05). Artinya resiliensi memiliki hubungan netative namun tidak signifikan dengan stress kerja. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang ada hubungan negative dan signifikan antara resiliensi dengan stress kerja, ditolak.

Sumbangan efektif pada kedua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan resiliensi menjelaskan atau mempengaruhi variabel stress kerja anggota Kepolisian POLDA Bengkulu sebesar -0,2882 % dimana kontribusi dari dukungan sosial terhadap stress kerja sebesar -0,2378 % dan variabel resiliensi terhadap stress kerja sebesar -0,0504 % sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak

diketahui dan tidak termasuk dalam analisis regresi atau variabel diluar penelitian ini.

B. Saran

Mengacu pada hasil penelitian yang di tolak, maka saran yang diusulkan adalah, untuk penelitian selanjutnya disarankan lebih memperhatikan karakteristik dari subjek peneltian sebelum melakukan penelitian yang berkaitan dengan stress kerja, dukungan sosial dan resiliensi.

“Halaman ini sengaja dikosongkan”

DAFTAR PUSTAKA

Alves, S. L. (2005). A study of occupational Stres, scope of practice, and collaboration in nurse anesthetists practicing in anesthesia care team settings. *AANA journal, 73*(6).

Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan dukungan sosial pada orang tua tunggal (Studi kasus pada ibu tunggal di Samarinda). *E-Journal Psikologi*, 1(3): 268-279

Arikunto,S. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta

Aulya, D. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada polisi lalu lintas di Polres Metro Jakarta Pusat Bulan April-Agustus Tahun 2013.

Azwar, S. (2011). Reliabilitas dan Validitas Ed. 3. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi*:* Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka

CDC. (2004). Worker Health Chartbook. Columbia: Department Of Health and Human Service

Claudia, M. (2014). Shift work and occupational stress in police officers. *Journal of safety and health at work*, 3(1), 25-29.

Connor, K. M. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18(2),* 76-82. https://doi.org/10.1002/da.10113

Cooper, C. L., Dewe, P. J., Michael, P. (2001). *Organizational Stress.* New Jersey: Prentice Hall, Int. Inc.

Devi, C.P.K. (2016). "Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Keluarga dan Lingkungan Sekolah pada Motivasi Berprestasi Siswa SMA di Yogyakarta".Yogyakarta.

Dodiansyah, K. A. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada karyawan solopos (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Grotberg, E. (1999). *A guide to promoting resilience in children: Strenghtening the human spirit.* Bernard Van Leer Foundation.

Hunnur, S.R. (2014). Workplace stress – causes of work place stress in Police department: A proposal for stress free workplace. 16(3), 39-47.

Jackson, R., & Chris, W. (2004). *The resilience inventory. Seven essential skills for overcoming life's obstacles and determining happiness*. *Selection & Development Review*, 20(6), 13-17.

Kalil, A. (2003). *Family resilience and good child outcomes: A review of the literature.* Centre for Social Research and Evaluation Ministry of Social Development, Te Me Whakahiato Ora.

Leung, M. Y., Sham, J., & Chan, Y. S. (2007). Adjusting Stresors–job-demand Stres in preventing rustout/burnout in estimators. *Surveying and Built Environment*, *18*(1), 17-26.

Luthans, F. (1985). *Organizational Behavior.* 6th Edition. Singapore: Mc. Graw Hill, Inc.

Oktavia, I. (2014). Hubungan antara dukungan sosial rekan kerja dengan stres kerja pada anggota polisi di polresta surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Pranomo, N. M., Jayanti, S., & Widjasena, B. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Anggota Polisi Satuan Lalu Lintas Polres Metro Bekasi Kota. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, *6*(1), 636-644.

Reich, John W., Zautra, Alex J., & Hall, John S., (2010, 14 Desember 2017). *Handbook of Adult Resilience.* New York: Guilford. Diunduh dari http://bit.ly/2ACIMnx

Reivich, K. & Shatte. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles.* New York: Broadway books.

Resnick, B., Gwyther, L. P & Roberto, K. A (2011). *Resilience in aging: Concepts, research and outcomes.* London: Springer Science + Business Media, Inc.

Rezki, G. (2017). Resiliensi dan Stres Kerja pada Anggota Kepolisian. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia: Yogyakarta.

Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2004). Perilaku Organisasi (edisi terjemahan). *Jakarta: Prentice Hall*.

Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2006). Perilaku organisasi. *Edisi kesepuluh. Jakarta: PT Indeks Kelompok Gramedia*.

Santrock. (2008). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup.* Jakarta: Erlangga

Sarafino,Edward.P, dkk. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction. Seventh Edition.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). Health psychology: Biopsychosocial interactions. John Wiley & Sons

Sarafino, E. P., & Ewing M. (1994). The hassles assessment scale for student in college: measuring the frequency and unpleasantness of and dwelling on stressful events. *Journal of American Collage Health, 48(2), 75.*

Schultz, D. R. (1976). *Psychology and Industry.* Toronto: Cooler Mc. Millan.

Schultz, D. R., Schultz, S. E. (1990). *Psychology and industry today: an introduction to industrial and organizational psychology. 4th Edition*. New York: Mc Millan Publishing Company

Setyowati, A., Hartati, S., Sawitri, D. R. (2010). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai.* Jurnal psikologi undip vol. 7, no. 1

Smet, Bart (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Penerbit PT. Grasindo

Sugiyono (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: ALFABETA

Tampi, Kumaat & Masi. (2013). Hubungan sikap dukungan sosial dengan tingkat resiliensi stress penyintas banjir di kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado. *Ejournal Keperawatan (e-KP), 1(1).*

Tantra, M. S., & Larasati, T. (2015). Faktor-faktor sosial yang mempengaruhi stres kerja. 4, 58-63.

Taufiq, R., Eka, S., Dyah T.S., Elin, N. (2014). Gambaran resiliensi anak pasca bencana banjir di Desa Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. *Jurnal Psikologi, 6(1), 73 – 87.*

Viakarisma,M. (2010). *Tingkat Stress Kerja Karyawan Hotel Sriwerdari Yogyakarta.* Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma: Yogyakarta

Wills, T., & Erin O.B. (2012). Social support, self-regulation, and resilience in two populations: General-population adolescents and adult cancer survivors. *Journal of Social and Clinical Psychology, 31(6),568-592.*