HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI DENGAN STRES KERJA ANGGOTA KEPOLISIAN POLDA BENGKULU

Rosi Paramastri Ghaisani[1], Andik Matulessy[2], Amanda Pasca Rini[3]
Email : rossyparamastri@gmail.com[1] , andikmatulessy@untag-sby.ac.id[2] , amanda@untag-sby.ac.id[3]
Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract. *The purpose of this study was to determine the relationship between social support and resilience to the work stress of personnel of the Bengkulu regional police, to determine the relationship between social support and work stress of the Bengkulu regional Police, and to determine the relationship between resilience and work stress of the Bengkulu regional Police. This research uses quantitative methods and multiple linear regression research. This study consisted of two independent variables, namely social support and resilience and work stress as the dependent variable. While the subjects in this study amounted to 169 people. The first hypothesis in this study states that there is a relationship between social support and resilience with work stress on members of the Bengkulu regional Police. This is because the assumption test is precisely the linearity test, the data that researchers get is not linear. Thus, the researchers did not test multiple linear regression analysis. Furthermore, the data shows there is no negative corelation between social support and work stress (coefficient t = 0.376 with p = 0.707). Finally, the data shows there is no negative corelation between resilience and work stress (coefficient t = -1.084 with p = 0.280). According on the calculation social support and resilience variable, explaining or influencing the work stress variable for personnel of Bengkulu regional Police is -0.2882% where the contribution of social support to work stress is -0.2378% and the resilience variable to work stress is -0.2378%. -0.0504%.*

Keywords- *Resilience, Burnout, Social Support, Bengkulu Regional Police*

Abstrak. 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**.** Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan penelitian regresi linier berganda Penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan resiliensi serta stress kerja sebagai variabel terikat. 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. Hal ini dikarenakan pada uji asumsi tepatnya uji linieritas, data yang peneliti dapatkan tidak linier. Sehingga, peneliti tidak melakukan uji analisis regresi linier berganda. Selanjutnya data menunjukan tidak ada hubungan negatif antara dukungan sosial terhadap stress kerja (diperoleh koefisien t = 0,376 dengan p = 0,707). Data terakhir menunjukkan tidak ada hubungan negative antara resiliensi terhadap stres kerja (koefisien t = -1,084 dengan p = 0,280). Berdasarkan perhitungan variabel 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 %.
Kata kunci- Resiliensi, Stress Kerja, Dukungan Sosial, POLDA Bengkulu

PENDAHULUAN

Pada era saat ini, segala profesi memiliki tuntutan pekerjaan yang tinggi. Terlebih pada profesi yang berkaitan dengan pelayanan masyarakat seperti keamanan dan ketertiban, kesehatan, logistik dan transportasi. Salah satunya adalah POLRI yaitu sebagai badan penegak hukum, perlindungan dan keamanan serta pelayanan kepada masyarakat.

Saat ini dalam masa pandemi berbagai upaya sedang dilakukan demi memutus rantai penyebaran COVID-19. Terutama pada aspek kedisiplinan di kehidupan sosial masyarakat Indonesia. Bentuk kedisiplinan yang harus dilakukan salah satunya adalah *physical distancing*. Pemerintah Indonesia memberlakukan peraturan tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dalam Peraturan Mentrian Kesehatan (Permenkes) No.9 Tahun 2020 dan *physical distancing* pada Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020.

Sesuai dengan fungsi yang dimiliki Polri yang berperan dalam menegakan hukum, memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, memberikan perlindungan, serta pengayoman, dalam kasus ini selain tenaga medis Polri ikut serta membantu pemerintah dan masyarakat dalam mengurangi tingkat penyebaran kasus COVID-19. Namun suatu keberhasilan tidak mungkin berhasil tanpa adanya andil dari masyarakat tersendiri dan diperlukan peran Polri untuk memastikan hal tersebut berjalan dengan seharusnya.

Beehr (Rivai, 2008) mengemukakan bahwa tekanan pekerjaan yang semakin meningkat, kurangnya kebebasan, adanya perasaan tidak aman akan masa depan, tugas yang semakin bertambah dan tuntutan psikologis terhadap pekerjaan merupakan faktor-faktor yang dapat memicu timbulnya stres di kalangan pegawai. Sedangkan bertugas sebagai Polisi terdapat banyak hal yang dapat memicu tekanan pada saat melaksanakan tugas, dikarenakan tugas yang dikerjakan memiliki resiko yang tinggi dalam munculnya stres (Sarafino, 2011). Akibat dari pandemic COVID-19 ini, berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu anggota kepolisian Polda Bengkulu mengatakan

"*sekarang polisi bukan cuma jaga pos atau nangkep penjahat, sekarang ditambah jadi marketing, sales vaksin. Satu hari minimal bawa 5 orang yang belum vaksin*" (R, 27 Desember 2021).

Hal tersebut dikarenakan banyaknya kuota yang belum terpenuhi, alhasil selain para medis, anggota kepolisian juga ikut membantu melaksanakan kegiatan vaksin bersama yang diselenggarakan di halaman Polda Bengkulu. Adapun hal lain yang membuat para anggota

mengeluh dengan adanya kegiatan vaksin bersama ialah pencapaian target yang harus terpenuhi.

"*kalau tidak mencapai target per orangnya, sehari kan 5 orang nah seminggu itu di targetkan 40 orang. Nanti akhir tahun tanggal 31 harus minimal setengah dari populasi. Seandainya tidak mencapai target katanya akan dimutasi. Tapi bingung juga, harus cari kemana lagi. Sedangkan setengah dari populasi pun belum terpenuhi, tapi orang-orangnya gak ada. Harus ke daerah-daerah, sedangkan kami banyak pula kerjaan yang harus diselesaikan disini."* (R, 27 Desember 2021).

(Claudia, 2014) mengatakan bahwa petugas yang bekerja pada shift di sore dan malam hari menghadapi peristiwa yang lebih menegangkan dibandingkan yang bekerja pada siang hari. Stres dapat ditandai dengan adanya beberapa gejala seperti perubahan pada aspek psikologis, fisik, serta kecenderungan dalam berperilaku. Pemicu stres dalam dunia kerja tidak lain adanya beban kerja yang terlalu tinggi dari pimpinan serta perubahan pada jam kerja atau tugas yang diberikan.

Pranomo, dkk (2018) Menjelaskan pada penelitian yang dilakukan oleh Mabes POLRI, terdapat 80% anggota kepolisian dalam direktorat reskrim atau reserse criminal serta polisi lalu lintas merasakan stres yang diakibatkan oleh beban kerja yang cukup tinggi. Seperti yang dijelaskan oleh subjek pada wawancara yang dilakukan,

"*kalau udah ada kegiatan vaksin gini, saya mending gak ke kantor sekalian mbak. Mending saya kerjakan yang lain aja. Dari pada nanti kalau dikantor saya ditanya-tanya, mau makan pun gak ketelen kalau udah ada kegiatan gitu. Mending saya disuruh yang lain aja lah".*

Tinggi rendahnya stres kerja anggota Polri dapat dipengaruhi oleh lingkungan dimana dukungan sosial sangat berperan aktif dalam menanggulangi stres kerja. Semakin besar dukungan sosial yang diterima akan semakin rendah tingkat stres kerjanya (Ray & Miller, 1994). Anggota Polri yang mendapatkan dukungan sosial dari rekan kerja ataupun atasan dan memiliki resiliensi diri yang tinggi akan meningkatkan kepercayaan diri sehingga dirasa dapat mengurangi stres kerja.

HIPOTESIS

1. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial, resiliensi dan stress kerja pada anggota polri?
2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan stress kerja pada anggota polri?
3. Apakah ada hubungan antara resiliensi dengan stress kerja pada anggota polri?

METODE

Karakteristik subjek penelitian ini adalah anggota Polri Polda Bengkulu. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 261 responden. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling,* yaitu memilih unit-unit untuk mempresentasikan populasinya dan bias apapun akan didistrubsikan secara seimbang diantara unit yang diambil.

Peneliti mengambil sampel dengan cara *random* dimana membagikan *link google form* ke 4 direktorat yang berada di Polda Bengkulu dan tidak dibatasi secara jenis kelamin.

HASIL

1. Hipotesis pertama berbunyi terdapat hubungan yang negative antara hubungan sosial dan resiliensi terhadap stres kerja, tidak dapat terjawab pada penelitian ini, hal ini dikarenakan pada uji asumsi tepatnya uji linieritas, data yang peneliti dapatkan tidak linier. Sehingga, peneliti tidak melakukan uji analisis regresi linier berganda.
2. Hipotesis Kedua berbunyi terdapat hubungan yang negative dan signifikan antara dukungan sosial dan stres kerja. Diperoleh nilai koefisien t = 0,376 dengan p = 0,707 (p > 0,05). Artinya dukungan sosial memiliki hubungan positif yang tidak signifikan dengan stres kerja. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan yang negative dan signifikan antara dukungan sosial dengan stres kerja, ditolak.
3. Hipotesis Ketiga berbunyi ada hubungan negative dan signifikan antara resiliensi dengan stres kerja. Diperoleh nilai koefisien t = -1,084 dengan p = 0,280 (p > 0,05). Artinya resiliensi memiliki hubungan negative namun tidak signifikan dengan stres kerja. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang ada hubungan negative dan signifikan antara resiliensi dengan stres kerja, ditolak.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi terhadap stress kerja anggota POLRI POLDA Bengkulu dengan menggunakan sampel sebanyak 169 orang. Penelitian ini diadakan mulai tanggal 23 Desember 2021 sampai dengan 5 Januari 2022. Selanjutnya penyebaran kuesioner daring menggunakan *link google form* skala dukungan sosial, resiliensi dan stres kerja kepada seluruh responden yang telah terpilih. Pada tahap persiapan penelitian, peneliti menyiapkan alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian ini. Alat ukur yang di gunakan adalah kuesioner yang terdiri

dari skala alat ukur dukungan sosial, resiliensi dan stress kerja. Alat ukur di susun berdasarkan *blueprint* yang peneliti buat sebelumnya. Sebelum peneliti menyebarkan kuesioner pada subjek penelitian yang sebenarnya, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba skala alat ukur kepada 36 subjek penelitian anggota Kepolisian POLDA Bengkulu. Partisipan tidak dibatasi secara jenis kelamin, jabatan dan pangkat. Uji coba penelitian dilakukan dengan menyebarkan *google from* kepada partisipan yang sesuai dengan kiteria pada penelitian ini.

Selanjutnya setelah dilakukan uji coba skala alat ukur, uji validitas dan reabilitas, peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara menyebarkan kuesioner melui link *google form*. Berikutnya dilakukan uji normalitas dan uji linieritas sebelum melakukan analisis data.

Setelah dilakukan uji prasyarat, peneliti melakukan uji analisis data menggunakan teknik analisis statistik nonparametric dengan menggunakan *IBM SPSS versi* 24 *for Windows*. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi terhadap stress kerja anggota kepolisian POLDA Bengkulu, untuk menguji hipotesis yang peneliti telah ajukan pada penelitian ini.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini tidak terjawab. Hal ini dikarenakan pada uji asumsi tepatnya uji linieritas, data yang peneliti dapatkan tidak linier. Sehingga, peneliti tidak melakukan uji analisis regresi linier berganda.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini tidak terjawab karena berdasarkan hasil uji analisis yang dilakukan, hipotesis tersebut di tolak atau tidak di terima. Terdapat perbedaan hasil dengan penelitian oleh Dodiansyah (2014) pada penelitiannya ia menggunakan subjek karyawan dengan hasil penelitian menyatakan bahwa berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan stres kerja. Sumbangan efektif dukungan sosial dengan stres kerja sebesar 24,8 % dan sisanya 75,2 % dipengaruhi variabel lainnya.

Hasil uji analisis yang peneliti lakukan untuk membutktikan hipotesis ketiga pada penelitian ini tidak terjawab karena berdasarkan hasil uji analisis yang dilakukan, hipotesis tersebut di tolak atau tidak di terima. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rezki (2017) Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative antara resiliensi dan stres kerja pada anggota kepolisian Dit. Sabahara. Selain itu, resiliensi memberikan sumbangan efektif sebesar 21% terhadap stres kerja.

Namun hasil penelitian pada penelitian ini, didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Setyowati, Hartati, dan Sawitri (2010) yang menjelaskan bahwa resiliensi merupakan faktor untuk dapat bertahan menghadapi lingkungan yang beresiko dan menekan namun resiliensi bukan satu – satunya faktor yang berperan penting dalam mengatasi masalah stres kerja.

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.

DAFTAR PUSTAKA

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

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

https://peraturan.bpk.go.id/

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.

Ray & Miller. 1994. Hakikat Dukungan Sosial. Bandung: Pustaka Ilmu.

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

Riva'i. 2008. Stress Management. Jakarta Selatan: Gaya Favorit Press.

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

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