

PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI MEDIATOR

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



Oleh :

MOCH. RIJAL
NIM 1532400020

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI
MEDIATOR**

Tesis

Untuk memenuhi sebagai persyaratan
Mencapai Gelar Magister Psikologi S-2

Program Studi Magister Psikologi



diajukan oleh:

Moch. Rijal
NIM 1532400020

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

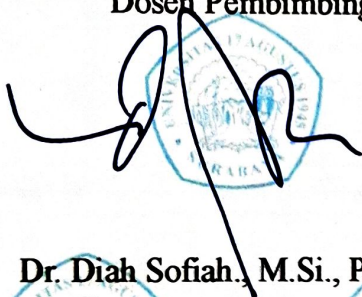
**PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*
POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI MEDIATOR**

diajukan oleh:

Moch. Rijal
NIM 1532400020

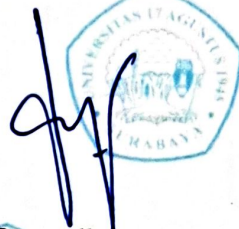
Disetujui untuk diseminarkan:
Surabaya, 09 Januari 2026

Dosen Pembimbing



Dr. Diah Sofiah., M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing



Dr. Hetti Sari Ramadhani, S.Psi., M.Si

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*
POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI MEDIATOR**

diajukan oleh:

Moch. Rijal
NIM 1532400020

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji
Dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal 9 Januari 2026

Ketua

Tim Penguji
Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Anggota

Dr. Diah Sofiah., M.Si., Psikolog

Dr. Hetti Sari Ramadhani, S.Psi, M.Si

Dekan

Dr. Diah Sofiah, MSi., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

MOTTO

Waktu tak memintamu untuk berlari, cukup bertahan dan melangkah secara perlahan namun pasti.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Moch. Rijal

NIM : 1532400020

Alamat : Asrama Polri Ngagel RT 03 RW 05 Kel. Ngagel
Kec. Wonokromo Kota Surabaya

Telp. : 08999357211

Menyatakan bahwa “Tesis” yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya dengan judul: **PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI MEDIATOR** adalah hasil karya saya sendiri, bukan “Duplikasi” dari karya orang lain. Selanjutnya apabila dikemudian hari ada claim dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Pengelola Program tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri. Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 9 Januari 2026

Hormat saya,



Moch. Rijal
1532400020



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945 S U
RABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45
SURABAYATELP. 031 593
1800 (Ext. 311)
e-mail : perpustakaan@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASIKARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Moch. Rijal
NBI/ NPM : 1532400020
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Magister Psikologi
Jenis Karya : ~~Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek*~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

Pengaruh *Peer Group Relationship* Terhadap *Cyberbullying* Dengan Empati Sebagai Variabel Mediator Pada Generasi Z

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty - Free Right*), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 6 Februari 2026

Yang Menyatakan,



(Moch. Rijal)

*Coret yang tidak perlu

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul *“Pengaruh antara Stres Kerja dan Subjective Well-Being Polisi dengan Problem Focused Coping sebagai Mediator”* sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Tesis ini disusun dengan penuh dedikasi dan semangat, meskipun dalam prosesnya penulis menghadapi berbagai tantangan, baik secara akademik maupun pribadi. Namun demikian, semua itu dapat dilalui berkat dukungan, doa, serta bantuan dari berbagai pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian karya ilmiah ini.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T. selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang senantiasa mendukung proses pendidikan di lingkungan kampus.
2. Dr. Diah Sofiah., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas arahan dan fasilitas yang diberikan selama masa studi.
3. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Magister Psikologi yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, serta petunjuk yang sangat berarti dalam proses akademik penulis.
4. Dr. Diah Sofiah., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing I, atas kesabaran, ketelitian, dan bimbingan yang luar biasa dalam mengarahkan penulis selama penyusunan tesis ini.
5. Dr. Hetti Sari Ramadhani, S.Psi, M.Si, selaku dosen pembimbing II, atas masukan, saran, dan dukungan akademik yang sangat berharga dalam proses penyempurnaan karya ini.
6. Rekan-rekan seperjuangan di Magister Psikologi Angkatan 51, yang telah menjadi teman diskusi, berbagi semangat, dan saling mendukung selama masa studi.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis membuka diri terhadap kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat, baik secara akademik maupun praktis, khususnya dalam upaya meningkatkan kesejahteraan polisi.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	5
3. Keaslian Penelitian	6
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
1. Tujuan Penelitian	9
2. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, LANDASAN PEMIKIRAN.....	11
A. Tinjauan Pustaka	11
1. <i>Subjective Well-Being</i>	11
2. Stres Kerja.....	17
3. <i>Problem Focused Coping</i>	22
B. Landasan Pemikiran	27
C. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Subjek Penelitian	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel	31
B. Variabel dan Pengukurannya.....	31
1. <i>Subjective Well-Being</i>	31
2. Stres Kerja.....	34
3. <i>Problem Fouced Coping</i>	35
C. Teknik Analisis Data.....	36

1. Uji Asumsi.....	36
2. Uji Hipotesis.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan	42
1. <i>Problem-Focused Coping</i> Sebagai Mediator	42
2. Stres kerja terhadap <i>Subjective well-being</i>	46
3. <i>Problem-focused coping</i> terhadap <i>Subjective well-being</i>	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran.....	51
1. Saran Teoritis.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint SPANE.....	33
Tabel 2. Blueprint SWLS	33
Tabel 3. Faktor Loading SPANE & SWLS	33
Tabel 4. Blueprint Skala Stres Kerja.....	34
Tabel 5. Faktor Loading Stres Kerja	34
Tabel 6. Blueprint Skala Problem Focused Coping	35
Tabel 7. Faktor Loading Stres Kerja	36
Tabel 15. Model Fit.....	39
Tabel 16. Pengaruh Langsung.....	41
Tabel 17. Pengaruh Tidak Langsung	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran	29
------------------------------------	----

ABSTRAK

PENGARUH ANTARA STRES KERJA DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* POLISI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* SEBAGAI MEDIATOR

Moch. Rijal

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

440mrizal@gmail.com

Profesi kepolisian merupakan pekerjaan dengan tingkat stres kerja yang tinggi akibat tuntutan operasional dan emosional, sehingga berpotensi memengaruhi *subjective well-being* (SWB) anggota kepolisian. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh stres kerja terhadap *subjective well-being* dengan *problem-focused coping* (PFC) sebagai variabel mediator. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei pada 349 anggota kepolisian POLDA JATIM, dengan pengumpulan data melalui skala stres kerja, *problem-focused coping*, serta *subjective well-being* yang mencakup afek positif (PA), afek negatif (NA), dan kepuasan hidup (SWLS). Analisis data dilakukan menggunakan analisis jalur untuk menguji pengaruh langsung dan tidak langsung antarvariabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap *subjective well-being* ($\beta = -0.726$; $p < .001$). Stres kerja juga berpengaruh positif signifikan terhadap *problem-focused coping* ($\beta = 0.385$; $p < .001$), dan *problem-focused coping* berpengaruh positif signifikan terhadap *subjective well-being* ($\beta = 0.315$; $p < .001$). Selain itu, hasil uji pengaruh tidak langsung menunjukkan bahwa *problem-focused coping* secara signifikan memediasi pengaruh stres kerja terhadap *subjective well-being* ($\beta = 0.198$; $p < .001$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa *problem-focused coping* berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara stres kerja dan *subjective well-being*, sehingga strategi coping yang berorientasi pada pemecahan masalah menjadi faktor penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis anggota kepolisian di bawah tekanan kerja yang tinggi.

Kata kunci: stres kerja, *problem-focused coping*, *subjective well-being*, kepolisian

ABSTRACT

THE EFFECT OF JOB STRESS ON POLICE OFFICERS' SUBJECTIVE WELL-BEING WITH PROBLEM-FOCUSED COPING AS A MEDIATOR

Moch. Rijal

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

440mrizal@gmail.com

The policing profession is characterized by high levels of job stress due to intense operational and emotional demands, which may adversely affect police officers' subjective well-being (SWB). This study aimed to examine the effect of job stress on subjective well-being with problem-focused coping (PFC) as a mediating variable. This research employed a quantitative approach with a survey design involving 349 police officers of the East Java Regional Police (POLDA JATIM). Data were collected using job stress scales, problem-focused coping scales, and subjective well-being measures comprising positive affect (PA), negative affect (NA), and life satisfaction (SWLS). Data analysis was conducted using path analysis to examine both direct and indirect effects among variables. The results indicated that job stress had a significant negative effect on subjective well-being ($\beta = -0.726$; $p < .001$). Job stress also had a significant positive effect on problem-focused coping ($\beta = 0.385$; $p < .001$), and problem-focused coping had a significant positive effect on subjective well-being ($\beta = 0.315$; $p < .001$). Furthermore, the indirect effect analysis revealed that problem-focused coping significantly mediated the relationship between job stress and subjective well-being ($\beta = 0.198$; $p < .001$). This study concludes that problem-focused coping plays a partial mediating role in the relationship between job stress and subjective well-being, highlighting the importance of problem-oriented coping strategies in maintaining police officers' psychological well-being under high job stress conditions.

Keywords: job stress, problem-focused coping, subjective well-being, police officers