

## HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN MEKANISME KOING PADA PETUGAS LEMBAGA PEMASYARAKTAN KELAS IIA SAMARINDA

*Salsabila Ash Shugrai<sup>1\*</sup>, Rahmat Bakhtiar<sup>2</sup>, Eka Yuni Nugrahayu<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>*Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman*

<sup>2</sup>*Laboratorium Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman*

<sup>3</sup>*Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman*

*\*Email : salsabilashugra@gmail.com.*

### **ABSTRACT**

*Stress is a person's reaction both physically and emotionally (mentally/psychically) if there is a change in the environment that requires a person to adapt. One of the causes of stress can come from the work environment. One of the jobs that is vulnerable to work stress is correctional institution employees. After stress appears, there will be a reaction of self-adaptation in dealing with stress, known as coping. The aim of this research is to determine the relationship between stress levels and the coping mechanisms of Class II A Samarinda Correctional Institution officers. This research is an observational analytical study with a cross sectional approach carried out at the Class IIA Samarinda Correctional Institution. Data collection used primary data obtained from the results of the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire to determine stress levels and the Brief COPE Inventory (BCI) questionnaire to determine the coping mechanisms of Class IIA Samarinda Correctional Institution officers. The research results were obtained from 57 respondents, the level of stress most frequently experienced by respondents was moderate stress with a total of 43 respondents (75.4%), while the most widely used coping mechanism was adaptive coping mechanism with a total of 41 respondents (71.9). In the test The Chi-Square value (p-value) was obtained at 0.000. So, it can be concluded that there is a relationship between stress levels and the coping mechanisms of Class IIA Samarinda Correctional Institution officers*

**Keywords:** *Stress Levels, Coping Mechanisms, Prison Officers.*

### **PENDAHULUAN**

Stres merupakan hal yang sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari (Musabiq & Karimah, 2018). Stres dapat berasal dari individu, lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal, lingkungan kerja, pendidikan dan dari mana saja yang membuat seseorang merasa tertekan ataupun terancam. Pekerjaan merupakan salah satu penyebab stres yang sering dialami. (Uloli et al., 2019) Di kawasan Asia Pasifik tren stres kerja melebihi rata-rata global yang berkisar 48%. Berdasarkan hasil survey Regus pada tahun 2012 dilaporkan bahwa tingkat stres kerja di Negara-negara seperti Malaysia mencapai 57%, Hongkong 62%, Singapura 63%, Vietnam 71%, Cina 73%, Indonesia 73%, dan Thailand 75%. Untuk Indonesia mengalami peningkatan sebesar 9% dari tahun sebelumnya yang hanya berada di tingkat 64%. Tingginya persentase stres kerja di

Indonesia selain dipengaruhi oleh faktor didalam negeri juga terkait dengan faktor individu dan pekerjaan (Timah, 2014).

Salah satu Pekerjaan yang rentan dengan stres kerja adalah pegawai Lembaga Pemasyarakatan. Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) merupakan tempat pembinaan bagi pelaku kejahatan yang telah dijatuhi putusan hukuman oleh pengadilan. Pembinaan yang dimaksud adalah pembinaan yang bersifat restoratif atau bersifat rehabilitatif. Narapidana atau Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang merupakan sebutan bagi individu penghuni Lapas, diharapkan dapat menjadi pribadi yang lebih baik dibanding sebelum mereka masuk ke dalam institusi Lapas. (Ahmad & Mazlan, 2014).

Berdasarkan Setelah stres muncul akan ada reaksi dari menyesuaikan diri dalam menghadapi stres, dalam arti kesehatan mental dikenal dengan istilah *coping* (siswanto,2007). Seorang individu menggunakan mekanisme coping untuk mengatasi dan menangani suatu masalah. Ada dua jenis strategi coping: coping yang berfokus pada masalah dan coping yang berfokus pada emosi (Sarafino & Smith, 2011).

Berdasarkan penelitian Okoza, dkk (2009) menyatakan bahwa 96% penjaga pemasyarakatan memiliki tingkat stress yang tinggi. Stress ini menjadi sumber penurunan motivasi bagi petugas pemasyarakatan yang berakhir pada penurunan pencapaian tujuan organisasi. Menurut Aline dan Andega (2015) yang menunjukkan terdapat 45 orang petugas (81,8%) dari jumlah sampel 55 orang mengalami stres kerja sedang di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Bukit Tinggi.

Berdasarkan hasil uraian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian yang menyangkut “Hubungan Tingkat Stres dan Mekanisme Coping Petugas dilembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Samarinda”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan menganalisis hubungan tingkat stres kerja dengan strategi mekanisme coping. Populasi pada penelitian ini adalah petugas yang bekerja dilembaga pemasyarakatan kelas II A Samarinda. Sampel pada penelitian ini petugas yang bekerja di lembaga pemasyarakatan kelas II A Samarinda yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel yang diambil dalam penelitian adalah sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria Inklusi adalah petugas Lapas yang bersedia mengisi kuesioner dan petugas yang bekerja di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Samarinda. Kriteria Eksklusi adalah petugas Lapas yang sedang cuti, petugas Lapas yang didiagnosis oleh dokter mengalami gangguan psikologis seperti depresi berat, bipolar, skizofrenia dan gangguan emosional karena faktor atau penyakit lain, dan petugas Lapas yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *total sampling* dengan berjumlah 84 sampel. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner tingkat stress dengan menggunakan alat ukur kuisisioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Instrumen penelitian strategi coping yang digunakan dalam penelitian ini adalah berisi kuisisioner untuk mengukur mekanisme coping mahasiswa pada penelitian ini adalah Brief COPE Inventory (BCI) ditemukan oleh Carver, Scheier, dan Weintraub (1997). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas yaitu tingkat stres dan variabel terikat yaitu mekanisme coping. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *software* pada *computer* yang terdiri dari *Microsoft Word 2019*, *Microsoft Excel 2019*, *IBM Statistical Package for the Social Science (SPSS) Statistics 26*. Teknik penyajian seluruh data yang diperoleh akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan narasi singkat mengenai penjelasan tabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini melibatkan sebanyak 84 sampel yang karakteristik rata-rata berjenis kelamin laki-laki, berkelompok usia 26-30 tahun, dengan jabatan pekerja staff.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
20 - 25	16	28.1
26 - 30	20	35.1
31 -35	4	7.0
>35	17	29.8
Total	57	100
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	46	45.6
Perempuan	11	54.4
Total	57	100
<b>Jabatan</b>		
Penjagaan	26	45.6
Staff	31	54.4
Total	57	100

Berdasarkan data yang diperoleh karakteristik usia responden , memiliki rentang usia 20-55 tahun dengan kelompok usia terbanyak adalah kelompok usia 26-30 tahun dengan total 20 responden (35.1%), dan kelompok usia paling sedikit adalah 31-35 tahun dengan total 4 responden (7.0%). Distribusi jenis kelamin didapatkan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 46 responden (45.6%). Data terkait jabatan menunjukkan bahwa responden bekerja sebagai staff dengan total 31 responden (54.4%).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Stres Responden

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Ringan	1	1.8
Sedang	43	75.4
Berat	13	22.8
<b>Total</b>	<b>57</b>	<b>100</b>

Berdasarkan data yang diperoleh didapatkan hasil Berdasarkan hasil penelitian tingkat stres yang paling banyak dialami oleh petugas LAPAS Kelas II A Samarinda adalah stres tingkat sedang yaitu sebanyak 43 responden (75.4%), Sedangkan tingkat stres berat dialami oleh 13 responden (22.8%), dan tingkat stres ringan dialami oleh 1 responden (1.8%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aline dan Andega (2015) yang meneliti faktor

yang berhubungan dengan stres kerja pada pegawai Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Bukittinggi namun hasil yang di dapatkan lebih banyak yaitu dari 55 responden, hasil analisis menunjukkan terdapat 45 orang (81,8%) mengalami stres sedang. Penelitian terkait tingkat stres petugas LAPAS juga dilakukan oleh Novtan (2020) mendapati hasil bahwa dari total 60 responden sebanyak 47 responden (78.3%) mengalami stres sedang.

Stres kerja sebagai suatu kondisi yang muncul ketika interaksi antara manusia dengan pekerjaannya, terdapat ketidaksesuaian karakteristik individu dan perubahan-perubahan yang tidak jelas yang terjadi di tempat bekerja sehingga mendorong individu untuk melakukan penyimpangan atau tidak berfungsi secara normal dan menyebabkan individu merasa tidak nyaman, tegang karena pekerjaan, tempat kerja atau situasi kerja tertentu. (Rout & Rout, 2002).

Tabel 3. Distribusi Tingkat Stres dan Mekanisme Koping

Mekanisme Koping	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Adaptif	41	71.9
Maladaptif	16	28.1
<b>Total</b>	<b>57</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.2 diketahui sebanyak 57 petugas menjadi responden dan mekanisme koping yang paling banyak digunakan oleh petugas LAPAS Kelas II A Samarinda adalah mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 41 responden (71.9%) dan 16 responden (28.1%) menggunakan mekanisme koping maladaptif. Sebagian besar memiliki mekanisme koping adaptif namun disamping itu terlihat juga bahwa terdapat sebagian kecil responden memiliki mekanisme koping maldaptif. Penelitian serupa dilakukan oleh Septiyan (2011) dengan jumlah responden lebih sedikit dan didapati hasil responden yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 21 orang (65,6%) dan kelompok responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 17 orang (54,8%). Mulyani (2017) melakukan penelitian yang serupa mengenai hubungan mekanisme koping dengan stres dan mendapati bahwa didapatkan dari 62 responden menunjukkan bahwa responden yang menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 59 orang (95%) dan yang menggunakan mekanisme koping maladaptif sebanyak 3 orang (4.48%). Mekanisme koping adaptif yang dilakukan responden membuat responden akan lebih percaya diri dan siap dalam mengikuti tuntutan atau beban kerja yang sedang dihadapi sehingga akan dapat mengatasi masalah dan mengurangi tingkat stres pada responden. Mekanisme koping ialah kemampuan seseorang dalam menghadapi stressor yang muncul dari dalam maupun luar dirinya yang berkaitan dengan berbagai respons secara fisik, psikis, perilaku. Mekanisme koping adalah cara seseorang untuk menyelesaikan permasalahan, beradaptasi atas suatu perubahan, dan respon atas situasi yang tidak mendukung, dimana upaya yang dilakukan individu tersebut yaitu dengan melakukan berbagai hal yang dapat meminimalisir atau menghilangkan stres (Munthe, 2014).

Tabel 4. Uji Hubungan Tingkat Stres dan Mekanisme Koping

No	Tingkat Stres	Mekanisme koping	Jumlah	p-value*	sig
----	---------------	------------------	--------	----------	-----

		Adaptif		Maladaptif				
		n	%	n	%			
1	Ringan	1	1.8	0	0.0	1	0.000	0.000
2	Sedang	39	68.4	4	7.0	43		
3	Berat	1	1.8	12	21.1	13		
Total		41	71.9	16	28.1	57		

Berdasarkan penelitian ini, didapatkan hasil p-value = <0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan mekanisme koping petugas lembaga pemasyarakatan Kelas II A Samarinda dengan nilai p = 0,000. Hasil penelitian ini dapat terjadi karena persentase petugas LAPAS yang mengalami stres tingkat sedang lebih banyak menggunakan mekanisme koping adaptif dan persentase petugas LAPAS yang mengalami stres tingkat tinggi lebih banyak menggunakan mekanisme koping maladaptif. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amirudin (2014) dimana dalam penelitiannya tersebut mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dan koping, apabila seseorang memiliki koping/ketahanan yang baik maka tingkat stresnya akan menurun. Terdapatnya hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping pada petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Samarinda pada penelitian ini sesuai dengan pendapat Lazarus dan Folkman (1984) dalam Rasmun (2004) yang berpendapat bahwa faktor yang menentukan mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat tergantung pada sejauh mana tingkat stres yang dialami. Menurut Stuart dan Sundeen (1995, dalam Nasir 2011) mekanisme koping maladaptif adalah mekanisme koping yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan. Kategorinya adalah makan berlebihan atau tidak makan, bekerja berlebihan, menghindar. Secara statistik memperlihatkan bahwa responden dengan tingkat stres ringan dan sedang dominan memiliki mekanisme koping adaptif, sebaliknya pada responden yang memiliki tingkat stres berat sebagian besar memiliki mekanisme koping yang maladaptif Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akan membuat seseorang cenderung mengadopsi mekanisme koping maladaptif.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian dari penelitian diatas, didapatkan hasil kesimpulan sebagai berikut:

1. Petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Samarinda ditemukan paling banyak mengalami tingkat stres sedang.
2. Petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Samarinda paling banyak menggunakan mekanisme koping adaptif.
3. Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Samarinda.

## DAFTAR PUSTAKA

Aline, Andega (2015) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Lembaga Pemasyarakatan Klas Iia Bukittinggi Tahun 2015*. Diploma Thesis, Upt. Perpustakaan Unand.

- Amiruddin, J. H., & T. K. Ambarini.(2014). Pengaruh hardiness dan coping stress terhadap tingkat stres pada kadet akademi. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 3(2).
- Lazarus, Richard S, Folam. S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company. 1984.
- Mulyani, Y. (2017). Hubungan Mekanisme Koping dengan Stres Kerja Perawat IGD dan ICU di RSUD Ulin Banjarmasin. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2).
- Munthe, Bermawi. 2014. *Desain Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Okoza, J. Dan Aluede, Imhode. 2010. The Jailer or the Jailed: Stress and Prison Workers in Nigeria. *Current Research Journal of Social Science* 2 (2): 65- 68.
- Rasmun. (2004). *Stress,Kkoping Dan Adaptasi Teori Dan Pohon Masalah Keperawatan*. Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental; Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: ANDI.
- Septian, Ardi -, et al. "Hubungan Mekanisme Koping terhadap Kinerja Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap." *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, vol. 1, no. 1, 28 Feb. 2014, pp. 1-9.
- Timah, N. E. (2014). *Analizing The Influence Of Job Stress On Employee Productivity At PT. Bank Tabungan Negara (PERSERO) Manado*. *Jurnal EMBA*. Faculty Of Economic And Business, International Business Administration (ABA), Program University Of Sam Ratulangi Manado, 1759- 1767.
- Uloli, Afanti Side, Maruf Akbar, and Kadir Kadir. 2019. "The Influence of Organizational Culture, and Work Motivation on Work Discipline Employees in Secretariat General of the National Resillience Council." *Journal of International Conference Proceedings* 2(3):1–4. doi: 10.32535/jicp.v2i3.636.