

## PENGARUH STRESS KERJA TERHADAP KINERJA ANGGOTA POLISI

Destri Anggraeni Pratiwi<sup>1</sup>, Dinda Alyssa Putri Nasution<sup>2</sup>, Syajida Mariam Dadah Syaadah<sup>3</sup>,  
Mic Finanto Ario Bangun<sup>4</sup>  
[202110515237@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202110515237@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>1</sup>, [202110515235@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202110515235@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>2</sup>,  
[202110515228@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202110515228@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>3</sup>, [mic.finanto@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:mic.finanto@dsn.ubharajaya.ac.id)<sup>4</sup>  
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

### ABSTRAK

Polisi Republik Indonesia adalah suatu lembaga negara yang memiliki peran sosial sangat penting dalam masyarakat dengan tugas pokoknya untuk menciptakan sebuah kestabilan dalam negara dengan membimbing, mengayomi, serta melayani masyarakat. Polisi sebagai sebuah lembaga penegak hukum juga dituntut untuk dapat bersikap tegas, beretika, profesional, dan dituntut untuk bisa siap siaga selama 24 jam sehingga rentan menimbulkan suatu permasalahan yaitu stres kerja, dimana hal ini dapat berpengaruh terhadap kinerja bagi anggota kepolisian itu sendiri maupun organisasinya. Stres kerja adalah sebuah kondisi ketegangan yang dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologis, fisik, proses berfikir, emosi, serta perilaku pada seseorang. Adapun kinerja adalah suatu hasil pekerjaan yang diperoleh seseorang dari pelaksanaannya terhadap tugas yang diberi sesuai dengan tanggung jawab, kualitas, dan juga kuantitasnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh yang diberikan stres kerja terhadap kinerja pada anggota kepolisian. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah studi literatur, yaitu metode yang dilakukan dengan mencari beberapa referensi berupa jurnal-jurnal dan artikel yang dijadikan sebagai penunjang dalam mendukung penelitian ini.

**Kata kunci:** Stress kerja, Kinerja.

### ABSTRACT

*The Indonesian National Police is a state institution that has a very important social role in society with its main task to create stability in the country by guiding, protecting, and serving the community. Police as a law enforcement agency are also required to be firm, ethical, professional, and are required to be ready for 24 hours so that they are prone to causing a problem, namely work stress, where this can affect the performance of the police members themselves and their organizations. Work stress is a condition of tension that can affect the psychological, physical, thought processes, emotions, and behavior of a person. The performance is a result of work obtained by someone from the implementation of the tasks given in accordance with the responsibility, quality, and quantity. This study aims to determine how much influence work stress has on performance in police officers. In this research, the method used is a literature study, which is a method carried out by looking for several references in the form of journals and articles that are used as support in supporting this research.*

**Keywords:** Work stress, Performance

### PENDAHULUAN

Setiap organisasi pada umumnya mengharapkan organisasinya memiliki kemampuan dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia yang mampu beradaptasi terhadap perubahan dengan mengerahkan kinerja yang baik agar dapat terus berkembang dan bisa mencapai berbagai tujuan yang diharapkan. Oleh karena itu biasanya individu yang memiliki ketidakmampuan dalam mengerahkan kinerja kerjanya dengan baik dapat memunculkan dampak psikologis seperti stres. Kondisi stres ini salah satunya sering

terjadi pada anggota kepolisian. Dikutip dari [kompas.com](http://kompas.com), Kepala Divisi Humas Kepolisian RI menyatakan bahwa polisi rentan mengalami stress yang salah satunya diakibatkan dari beban pekerjaan yang ditanggungnya, selain itu gaji yang terbatas untuk memenuhi kebutuhan sementara beban kerja yang tinggi dan menuntut mereka untuk siap siaga selama 24 jam untuk melayani masyarakat. Sehingga permasalahan mengenai stres ini cukup membutuhkan perhatian lebih dalam menanganinya. Luthans (2000) menyatakan stres sebagai sebuah bentuk tanggapan dari penyesuaian dalam diri yang dapat disebabkan oleh perbedaan dari tiap individu dan proses psikologisnya, yang menjadi akibat dari sebuah situasi, lingkungan, ataupun keadaan yang memberikan banyak tuntutan pada kondisi psikologis dan fisik dalam diri seseorang (Mendila, 2021).

Suwatno & Priansa dalam (Tanjung & Putri, 2021) mengatakan dalam pelaksanaan organisasi salah satu bentuk stres yang sering terjadi adalah stres saat bekerja. Stres kerja adalah sebuah situasi yang diakibatkan dari satu atau lebih faktor di tempat individu bekerja yang memunculkan perasaan mengganggu dan ketidaknyamanan pada kondisi fisiologis dan perilaku pada individu tersebut. Stres kerja dapat berpengaruh terhadap keefektifan kinerja individu serta bisa menghalanginya dalam menampilkan kinerja kerja yang terbaik. Oleh karena itu stres yang berlebih dapat memberikan dampak yang kurang baik pada hasil kerja seseorang di dalam organisasinya, dimana pada umumnya orang yang mengalami suatu kondisi stres bisa mengalami perasaan khawatir yang cukup parah (Yustika, 2022). Menurut Sunyoto (2003) terdapat beberapa faktor yang bisa menyebabkan timbulnya stres kerja ini diantaranya faktor dari dalam diri seseorang atau internal seperti kepribadian, kemampuan yang dimiliki, serta nilai-nilai dalam suatu budaya, selain itu dari faktor luar diri seseorang atau eksternal seperti faktor intrinsik pekerjaan, peran dari organisasi, hubungan kerja, serta karakteristik dari organisasi yang ada (Almaida & Purnomo, 2021). Stres kerja juga dapat timbul sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara tuntutan suatu pekerjaan yang umumnya tidak setara dengan kemampuan yang dikuasai oleh seseorang. Stres kerja dapat memberikan pengaruh terhadap kinerja seseorang khususnya anggota kepolisian karena tuntutan pekerjaan ataupun tugasnya yang tidaklah mudah, sehingga perlu mendapat perhatian khusus yang harus dikerahkan agar dapat membuat kinerja anggota menjadi produktif (Mendila, 2021).

Prawirosentono (2000) dalam (Mendila, 2021) menjelaskan bahwa kinerja merupakan hasil dari upaya organisasi yang sesuai dengan wewenang serta tanggung jawab sebagai upaya dalam menggapai tujuan organisasi secara legal serta sesuai dengan moral. Mangkunegara (2009) dalam (Kristanti, 2017) mengartikan kinerja (performance) sebagai suatu hasil pekerjaan yang diperoleh seseorang dari pelaksanaannya terhadap berbagai tugas yang diberikan sesuai dengan kualitas, kuantitas, serta tanggung jawabnya. Sedangkan Fahmi (2013) menyatakan bahwa kinerja merupakan hasil yang didapat pada sebuah organisasi, baik yang sifatnya berorientasi pada keuntungan ataupun yang tidak berorientasi pada keuntungan dalam jangka waktu tertentu (Steven & Prasetio, 2016). Kinerja seseorang menurut Prawirosentono (1999) dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang diantaranya yaitu kedisiplinan, efektivitas dan efisiensi, serta sikap inisiatif. Adapun Bangun (2012) mengungkapkan beberapa dimensi dari kinerja yaitu kuantitas maupun kualitas dalam pekerjaan, ketepatan waktu, serta kemampuan dalam bekerja (Christy & Amalia, 2021). Dalam hal ini kinerja polisi sangat penting untuk bisa menggapai tujuan yang telah ditentukan serta sejalan dengan visi dan misi dalam organisasi kepolisian. Kepolisian dalam suatu negara menjadikan kinerja sebagai perangkat yang memadai untuk mengukur kemampuan dari anggotanya dalam menjalankan tugas-tugas sesuai dengan

peraturan perundang-undangan yang berlaku (Mendila, 2021).

Polisi Republik Indonesia menjadi suatu lembaga negara yang memiliki peran sosial sangat penting dalam hubungannya dengan masyarakat. Anggota Polri mempunyai suatu peran yang penting dalam kaitannya dengan masyarakat karena tanggung jawab dan tugas pokoknya yang ditujukan untuk dapat mewujudkan sebuah kestabilan dalam negara yaitu dengan memimbing, mengayom, serta melayani masyarakat (Ismiati & Zusmawati, 2020). Kepolisian juga menjadi lembaga organisasi yang bertanggung jawab penuh dalam menjaga ketertiban serta perdamaian dalam sebuah negara dengan melalui penegakkan terhadap hukum serta membrantas tindakan kriminal yang telah banyak terjadi (Hayati et al., 2020). Polisi sebagai salah satu lembaga penegak hukum juga dituntut untuk dapat bersikap tegas, beretika, profesional, serta konsisten dalam melakukan segala tindakannya, serta dituntut pula untuk bisa siap siaga selama 24 jam (Mendila, 2021). Oleh karena itu kondisi stres terkait pekerjaan rentan terjadi di dalam ruang lingkup kerja anggota kepolisian, yang memiliki tuntutan tinggi akan kedisiplinan, dapat mengikuti peraturan-peraturan yang ada serta mengikuti perintah dari atasannya, dan dapat bergerak cepat dalam menganani berbagai permasalahan yang terjadi. Lingkungan kerja yang penuh dengan tekanan yang dialami anggota polisi dapat menyebabkan gangguan pada segi fisik, perilaku, bahkan psikologisnya (Purwanti et al., 2020). Glasse dalam Amaranto et al. (2003) juga menuturkan bahwa berbagai pekerjaan yang diemban oleh anggota polisi meringkus banyak sekali aspek, penuh dengan keadaan yang memunculkan stres, sulit, serta berbahaya (Almaida & Purnomo, 2021). Sopia (2018) dalam (Hayati et al., 2020) memperoleh informasi dari IPW (Indonesia Police Watch) dimana pada tahun 2015, 2 anggota kepolisian melakukan percobaan bunuh diri dan 5 dari anggota polisi telah melakukan tindakan bunuh diri ini, di tahun 2016 jumlah anggota polisi yang melakukan tindakan bunuh diri meningkat menjadi 13 orang dan 5 anggota polisi telah melakukan percobaan untuk mengakhiri hidupnya, memasuki tahun 2017 jumlah upaya bunuh diri menurun yaitu 7 orang polisi yang melakukan tindakan ekstrem bunuh diri ini.

Oleh karenanya perlu diperhatikan lebih dalam mengenai tuntutan yang dapat menimbulkan stres pada seseorang khususnya anggota kepolisian yang dapat berpengaruh terhadap kinerja dalam menjalani pekerjaannya. Karena apabila kinerja anggota polisi bagus, maka hal ini akan berdampak positif pada kesatuan organisasinya. Namun sebaliknya apabila kinerja anggota polisi buruk, maka akan berdampak negatif pada organisasi. Tercapainya tujuan dari lembaga penegakan hukum ini tentunya sangat bergantung pada baik buruknya suatu kinerja dari anggota. Untuk itu, pimpinan dari sebuah instansi ataupun organisasi wajib memperhatikan, mengarahkan serta memotivasi penuh anggotanya untuk dapat meningkatkan kinerja.

Berdasarkan pemaparan diatas maka alasan judul penelitian ini diangkat adalah untuk memenuhi tugas mata kuliah yang memiliki korelasi dengan materi pembelajaran. Selain itu, pentingnya judul ini diangkat karena untuk melihat seberapa besar pengaruh stress terhadap kinerja anggota kepolisian serta mencari tahu cara mengelola stress dengan baik.

## **METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode studi literatur atau studi kepustakaan. Zed (2014) menyatakan bahwa studi literatur atau studi kepustakaan adalah suatu kegiatan yang berkaitan dengan cara mengumpulkan berbagai informasi-informasi kepustakaan, setelah itu membaca informasi-informasi yang diperoleh, mencatat, serta

mengolahnya untuk dijadikan bahan penunjang dalam penelitian (Yeni & Hartati, 2020). Adapun menurut Iwan (2019) yang mengatakan bahwa studi literatur adalah cara yang digunakan oleh peneliti untuk bisa memperoleh serta mengumpulkan berbagai informasi yang memiliki keterkaitan dengan suatu topik atau masalah dalam penelitian, yang dimana informasi-informasi tersebut dapat diperoleh dari berbagai laporan penelitian yang sudah ada sebelumnya, tesis, buku ilmiah, disertasi, ensiklopedia, dan sumber-sumber lainnya baik itu cetak ataupun elektronik (Prihatinia & Zainil, 2020). Sumber data dalam penelitian ini diperoleh dari beberapa dokumen berupa jurnal-jurnal dan artikel berita yang memiliki keterkaitan atau relevan dengan topik penelitian yaitu mengenai stress kerja terhadap kinerja anggota polisi. Adapun penelitian ini bersifat analisis deskriptif, yaitu dengan menguraikan teori-teori yang telah diperoleh kemudian membuat pemahaman dan penjelasan lebih dalam. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan mencari beberapa jurnal dan artikel yang berkaitan melalui Google scholar dan website sebanyak kurang lebih 13 jurnal dan 1 artikel berita untuk menunjang pembahasan dalam penelitian ini. Penelitian ini akan memberikan gambaran mengenai pengaruh dari stress kerja terhadap kinerja bagi anggota kepolisian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setiap organisasi pada umumnya mengharapkan organisasinya memiliki kemampuan dalam usaha peningkatan kualitas sumber daya manusia yang mampu beradaptasi terhadap perubahan dengan mengerahkan kinerja yang baik agar dapat terus berkembang dan bisa mencapai berbagai tujuan yang diharapkan. Oleh karena itu umumnya individu yang memiliki ketidakmampuan dalam mengerahkan kinerja kerjanya dengan baik dapat memunculkan dampak psikologis seperti stres khususnya pada anggota kepolisian yang dapat mempengaruhi efektivitas kerjanya serta dapat menghambat dalam menunjukkan performansi kerjanya yang maksimal. Penelitian yang dilakukan oleh (Tanjung & Putri, 2021) dengan judul “Pengaruh Stres Kerja Dan Kompensasi Terhadap Kinerja Pegawai Pada Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Provinsi Sumatera Utara” menyatakan bahwa stres kerja dapat mempengaruhi performansi kinerja dari seorang pegawai, oleh karena itu jika seorang pegawai merasakan kondisi stres dalam pelaksanaan tugas-tugas yang diserahkan oleh suatu organisasi maka kinerja dari seorang pegawai itu dapat menurun, sehingga diharapkan bagi pimpinan untuk dapat memberi perhatian lebih khusus dalam hal pembagian tugas-tugas yang akan diberikan.

Selain itu penelitian yang dilakukan (Mendila, 2021) yang berjudul “Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Anggota Polisi Kepolisian Resor MAPPI” menyimpulkan bahwa stres kerja dapat berpengaruh terhadap kinerja polisi serta dapat mempengaruhi keefisienan dari kinerja para anggota dari Polisi Polres Mappi, yang dimana hal ini dapat menghalangi anggota dalam menunjukkan kinerja kerjanya yang terbaik terlebih tanggung jawab mengenai tugas dan kewajiban yang ditanggung oleh mereka tidaklah ringan.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Kristanti, 2017) dengan judul “Pengaruh Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Stres Kerja Dan Dampaknya Terhadap Kinerja (Studi Pada Kantor Bersama Samsat Mojokerto Kota) yang mendapatkan hasil bahwa stres kerja dapat berpengaruh negatif terhadap kinerja dari anggota satlantas tersebut, hal ini dapat mengartikan bahwa semakin tingginya stres kerja yang dialami oleh anggota satlantas maka akan semakin menurunkan kinerja dari para anggota tersebut.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lukito & Alriani, 2018) dengan judul penelitian “Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Stres Kerja, Terhadap Kinerja

Karyawan Pada PT. Sinarmas Distribusi Nusantara Semarang” yang menyatakan hasil bahwa stres kerja berpengaruh negatif dengan kinerja dari karyawan, sehingga hal ini dapat diartikan jika stres yang dialami karyawan tinggi maka kinerjanya akan menurun namun sebaliknya jika stres kerja yang dialami rendah maka dapat meningkatkan kinerja karyawan.

Dari hasil penelitian sebelumnya, penelitian kami mengambil judul "pengaruh stress kerja terhadap kinerja anggota polri" yang dimana terdapat perbedaan yaitu subjeknya kepada anggota polisi di Indonesia, serta menggunakan metode studi literatur karena penelitian ini mencari referensi berupa jurnal-jurnal dan artikel untuk mendukung penelitian ini.

## **KESIMPULAN**

Dalam pelaksanaan organisasi salah satu bentuk stres yang sering terjadi adalah stres saat bekerja. Kondisi stres ini salah satunya sering terjadi pada anggota kepolisian. terdapat beberapa faktor yang bisa menyebabkan timbulnya stres kerja ini diantaranya faktor dari dalam diri seseorang atau internal seperti kepribadian, kemampuan yang dimiliki, serta nilai-nilai dalam suatu budaya, selain itu dari faktor luar diri seseorang atau eksternal seperti faktor intrinsik pekerjaan, peran dari organisasi, hubungan kerja, serta karakteristik dari organisasi yang ada. Kondisi stres kerja ini rentan terjadi di lingkungan kerja anggota polisi, yang umumnya memiliki tuntutan tinggi akan kedisiplinan, dapat mengikuti peraturan-peraturan yang ada serta harus mengikuti perintah dari atasannya, dan dapat bergerak cepat dalam menganani berbagai permasalahan yang terjadi. Lingkungan kerja yang penuh dengan tekanan dan menimbulkan stres kerja yang dialami anggota polisi dapat menyebabkan gangguan pada segi fisik, psikologis dan perilakunya.

Stres kerja dapat memberikan pengaruh terhadap kinerja seseorang khususnya anggota kepolisian karena tuntutan pekerjaan ataupun tugasnya yang tidaklah mudah. Kinerja merupakan suatu hasil pekerjaan yang diperoleh seseorang dari pelaksanaannya terhadap berbagai tugas yang diberikan yang sesuai dengan kualitas, kuantitas, serta tanggung jawabnya. Beberapa faktor dapat mempengaruhi kinerja seseorang diantaranya yaitu efektivitas dan efisiensi, otoritas, disiplin, dan inisiatif. Kepolisian dalam suatu negara menjadikan kinerja sebagai perangkat yang memadai untuk dapat mengukur kemampuan dari anggota-anggotanya dalam menjalankan tugas-tugas sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang telah berlaku.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu mengenai pengaruh dari stres kerja terhadap kinerja didapatkan bahwa stres kerja dapat mempengaruhi keefektifan kinerja seseorang, yang dimana bila kondisi stres yang dirasakan sangat mengganggu maka dapat mempengaruhi kinerja orang tersebut yang umumnya akan menurun.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Almaida, A., & Purnomo, S. (2021). Pengaruh Stres Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kepuasan Kerja pada Satuan Polisi Lalu Lintas Polrestabes Makassar. *Studi Ilmu Manajemen Dan Organisasi*, 2(1), 19–32. <https://doi.org/10.35912/simo.v2i1.363>
- Christy, N. A., & Amalia, S. (2021). Pengaruh Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, 2(1), 20–28. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i1.43>
- Hayati, U., Maslihah, S., & Musthofa, A. (2020). Stress Kerja Pada Polsi. *Jurnal Sains Psikologi*, 9(2), 96–103.

- Ismiati, N., & Zusmawati. (2020). Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Polisi Wanita di Polresta Padang. *Repository.Unej.Ac.Id*, 1–11. <http://eprints.ukmc.ac.id/4454/>
- Kristanti, E. (2017). Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Stres Kerja dan Dampaknya Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Kantor Bersama Samsat Mojokerto Kota). *Jurnal Ilmu Manajemen*, 5(1), 1–10. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jim/article/view/18108>
- Lukito, L. H., & Alriani, I. M. (2018). Pengaruh beban kerja, lingkungan kerja, stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Sinarmas Distribusi Nusantara Semarang. *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Akuntansi*, 25(45), 24–35.
- Mendila, V. (2021). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Anggota Polisi Kepolisian Resor Mappi. *Jurnal Ilmu Hukum, Humaniora Dan Politik*, 1(4), 427–432. <https://doi.org/10.38035/jihhp.v1i4.729>
- Prihatinia, S., & Zainil, M. (2020). Penerapan Pendekatan Pendidikan Matematika Realistik untuk Meningkatkan Hasil Belajar Matematika di Sekolah Dasar ( Studi Literatur ). *Pendidikan Tambusai*, 4(2), 1511–1525.
- Purwanti, A., Zunaidah, Diah, Y. M., & Widiyanti, M. (2020). Pengaruh Stress Kerja dan Kepemimpinan Transformasional Terhadap Kinerja Anggota Polri di Polda Sumatera Selatan. 1–781.
- Steven, H. J., & Prasetio, A. P. (2016). Pengaruh Stres Kerja Dan Budaya Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Manajemen Indonesia*, 4(1), 78–88.
- Tanjung, H., & Putri, L. M. (2021). Pengaruh Stress Kerja Dan Kompensasi Terhadap Kinerja Pegawai Pada Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Provinsi Sumatera Utara Hasrudy Tanjung 1, Laila Mawaddah Putri 2. *SiNTESa : Seminar Nasional Teknologi Edukasi Dan Humaniora* 2021, 888–898. <https://ceredindonesia.or.id/index.php/sintesa/article/download/422/439>
- Yeni, A., & Hartati, S. (2020). Studi Literatur: Stimulasi kemampuan anak mengenal huruf melalui permainan menguraikan kata di taman kanak-kanak Alwidjar Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4, 608–616. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1729966&val=13365&title=STUDI LITERATUR STIMULASI KEMAMPUAN ANAK MENGENAL HURUF MELALUI PERMAINAN MENGURAIKAN KATA DI TAMAN KANAK-KANAK ALWIDJAR PADANG>
- Yustika, S. (2022). Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Pegawai pada Satuan Polisi Pamong Praja Kabupaten Enrekang. *Decision: Journal Ekonomi Dan Bisnis*, 3(1), 114–121. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/94420%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/94420/1/NASKAH PUBLIKASI.pdf>.