JUMANTIK

JURNAL MAHASISWA DAN PENELITIAN KESEHATAN

http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JJUM

GANGGUAN KESEHATAN AKIBAT STRES KERJA PADA JAJARAN KEPOLISIAN DI POLRES WAKATOBI-INDONESIA

Yeni Kusmiati[1], BagoesWidjanarko[2], Priyadi Nugraha[3]

[1)] Magister Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro Semarang
Korespondensi : yentskusmiathy@gmail.com

[2,3)] Magister Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro Semarang

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima
Disetujui
Di Publikasi

Keywords:
Gangguan Kesehatan; Stres Kerja; Polisi

Abstrak

Gangguan kesehatan akibat stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik, psikis dan psikologis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seorang karyawan yang berasal dari lingkungan pekerjaan.Tujuanpenelitianadalahmenganalisisfaktor–faktor yang mempengaruhi gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah polisi sebanyak 181 orang dan sampel 125 respondendengan teknik *Propotional Random Sampling*. Uji statistikmenggunakanuji *chi-square*. Kuesioner yang digunakan adalah *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire*. Aplikasi teori menggunakan*Person Environment Fit Theory*.

Hasil penelitian menunjukkan gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik sebanyak 64 responden (51,2%) sedangkangangguan kesehatan akibat stress kerja baik sebanyak 61 responden (48,8%). Variabel yang berhubungan dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja adalah beban kerja (p=0,034), tuntutan mental (p=0,050), shift kerja (p=0,038) dan dukungan sosial (p=0,041). Variabel yang paling berpengaruh terhadap gangguan kesehatan akibat stres kerja yaitu shift kerja dengan OR=3,131 dan p=0,038.

Beberapa saran yang direkomendasikan kepada instansi agar pembagian beban kerja yang merata kepada anggota sehingga dapat meminimalisir tuntutan pekerjaan, membangun kerja sama dan saling mendukung serta merumuskan kebijakan mengenaishift kerja agar tidak melebihi 40jam/minggu sehingga dapat menurunkan gangguan kesehatan akibat stres kerja pada polisi di Polres Wakatobi.

HEALTH DISORDERS BECAUSE OF WORK STRESS IN POLICE WORK IN POLRES WAKATOBI-INDONESIA

Abstract

Health problems due to work stress is a condition of tension that creates a physical, psychological and psychological imbalance that affects the emotions, thinking processes, and conditions of an employee who comes from the work environment. The purpose of research is to analyze factors that affect health problems due to work stress.This research is quantitative with cross sectional approach. Population is police as much as 181 people and sample 125 respondent with technique of Propotional Random Sampling. Test statistics using chi-square

test. The questionnaire used is NIOSH Generic Job Stress Questionnaire. Theoretical applications use the Personal Environment Fit Theory.

The result of the research shows that the health problem caused by the bad work stress is 64 respondents (51,2%) for the stress of health due to the good work stress of 61 respondents (48,8%). The variables related to occupational health disorder were work load (p = 0,034), mental demands (p = 0,050), work shift (p = 0,038) and social support (p = 0,041). The most influential variable to health disorder caused by work stress is work shift with OR = 3,131 and p = 0,038.

Some suggestions recommended to agencies to share the workload evenly to the members so as to minimize the demands of work, build cooperation and mutual support and formulate policies mengenaishift work not to exceed 40h / week so it can reduce health problems due to work stress on police at Polres Wakatobi .

@ 2017, Unmuh Pontianak

PENDAHULUAN

Tantangan organisasi tidak terlepas kaitannya dengan individu yang ada pada organisasi tersebut. Salah satu persoalan yang sering muncul dalam kaitannya dengan individu adalah stres. Hal ini menyebabkan semakin kompleks permasalahan yang dihadapi oleh sebuah organisasi dalam mengupayakan peningkatan kualitas sumber daya manusia.[1]

Penelitian yang pernah dilakukan mengenai stres kerja dengan sampel polisi mendapatkan hasil penelitian bahwa derajat stres kerja polisi secara keseluruhan berada pada tingkat menengah[1]. Selain itu, direktur utama *ACLU* (*American Civil Liberties Union*), Ira Glasser juga menyatakan bahwa polisi adalah pekerjaan yang mencakup banyak aspek, sulit, berbahaya, dan *stres kerjafull*.[1]He, Zhao, dan Archbold menyebutkan bahwa secara umum, petugas polisi menempati posisi dimana ia mengalami interaksi yang langsung dan sering dengan publik dan dihadapkan pada elemen-elemen masyarakat yang paling mengancam, antisosial dan tidak dapat dipercaya. Mereka ini adalah orang-orang yang melanggar hukum dan melakukan tindakan yang membahayakan orang lain. Misalnya saja pembunuh, teroris atau massa yang mengamuk. Kontak langsung dan sering dengan publik membuat polisi rentan terhadap efek negatif dari stres kerja. Howard juga menuliskan bahwa pekerjaan sebagai polisi juga dapat dikatakan sebagai pekerjaan yang stres kerjafull karena petugas polisi tidak memiliki kontrol atas penugasan yang diberikan kepadanya dan sulitnya pelaku kejahatan yang dihadapi.

Polisi peka terhadap variasi yang luas dari tekanan pekerjaan yang dapat berakibat terjadinya stres kerja pada polisi. Lingkungan kerja yang buruk bisa menyebabkan masalah kesehatan fisik dan kesehatan mental yang berdampak pada kualitas pekerjaan dan juga kehidupan diluar pekerjaan bahkan mempengaruhi kehidupan keluarga. Tekanan dalam pekerjaan bisa mempengaruhi aspek emosional yang menyebabkan kecemasan, mudah marah dan gangguan kesehatan baik itu gangguan fisik, psikis maupun perilaku.[1]

Faktor-faktor penyebab stres dalam pekerjaan sangatlah banyak. Pada polisi stresor yang dapat menyebabkan stres dikarenakan faktor kondisi pekerjaan atau faktor organisasi. Hal yang dapat menjadi sumber stres kerja pada polisi adalah pengembangan karir, iklim organisasi, kelelahan kerja, dan konflik kerja, peluang kerja, aktivitas di luar pekerjaan, tuntutan mental dalam pekerjaan, beban kerja dan shift kerja. Demikian juga karakteristik individu itu seniri dapat mempengaruhi stres kerja.Dalam profesi sebagai polisi, lingkungan kerja mereka memiliki kemungkinan tinggi mengalami hal-hal yang menakutkan, mengejutkan atau mengakibatkan trauma psikologis sehingga dapat menimbulkan terjadinya stres kerja dan terjadi perubahan dalam kepribadian seseorang dari pengalaman yang dialaminya.[1]

Hubungan antara individu (sikap, perilaku dan lainnya) dengan lingkungan pekerjaan dimana secara khusus membahas tentang hubungan antara realitas dan harapan. Apabila terjadi kesenjangan antara realitas dan sikap individu maka akan menimbulkan ketegangan, ketidak puasan, dan hasil yang tidak diinginkan dalam lingkungan pekerjaan. Hal ini merujuk pada teori Person Environment Fit.

Berdasarkan hal tersebut yang dikemukakan di atas, peneliti melihat bahwa penting untuk mengkaji berbagai faktor penyebab yang mempengaruhi gangguan kesehatan akibat stres kerja pada polisi dan juga melihat faktor mana yang paling berpengaruh besar terhadap gangguan kesehatan akibat stres kerja pada polisi. Karena itu peneliti akan melakukan penelitian mengenai *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Kesehatan Akibat Stres kerja Pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah polisi sebanyak 181 orang dan sampel 125 responden dengan teknik *Propotional Random Sampling*. Uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Kuesioner yang digunakan adalah *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire*. Aplikasi teori menggunakan *Person Environment Fit Theory*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruhanggota polisi di Polres Wakatobiyang berjumlah 181 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode *proportionalrandom sampling*,dimana di Polres Wakatobi terdapat 20 satuan kerja dan setiap satuan kerja mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel. Sampel dalam penelitian inisebanyak 125responden. Penelitiandilaksanakanpada bulan Juni-Juli 2017di Polres Wakatobitahun 2017. Analisis data bivariat menggunakan uji *chi-square* dan uji multivariat menggunakan uji regresi logistik dengan metode *backward*.[20]

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. **Faktor yang Paling BerpengaruhDenganGangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi**

HubunganShiftKerjadenganGangguanKesehatan AkibatStresKerjapadaJajaranKepolisian

Responden yang memilikishift kerja tinggiyaituberjumlah 92responden (73,6 %)bila dibandingkan dengan responden yang memilikishift kerja rendahberjumlah33 (26,4 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,*kelompok anggota polisi yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori shift kerja tinggi 42 orang (45,7%) sedangkan responden dengan kategori shift kerja rendah sebanyak 22 orang (66.7 0%) dengaan*p value*= 0,038 yang artinya ada hubungan antara shift kerja dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informanlebih banyak bekerja dengan sistem shift dimana informanmerasa tidak memiliki banyak waktu istrahat sebab meskipun jadwal masuk kantor pagi sampai sore tetap juga tidak melalaikan tugas untuk penjagaan dengan sistem shift. Menurut informan sangat perlu adanya penegasan pada jam kerja sehingga yang mendapat giliran jaga tidak lagi bertugas setelah jam pergantian shift. Namun demikian informan menerima bahwa bekerja shift sudah merupakan ketentuan atau kebijakan yang harus dijalani rutin sehingga masih lebih banyak yang tidak mengalami gangguan kesehatan akibat kerja.

Hal berbeda ditemukan pada hasil penelitian lainnya, bahwa jumlah pekerja yang bekerja secara tidak shift (56,5 %) lebih banyak dibandingkan dengan pekerja yang bekerja secara shift (43,5 %).[2]

Shif kerja sangat berpengaruh terhadap gangguan kesehatan. Jika shift kerja tinggi maka akan besar kemungkinan berpengaruh terhadap gangguan kesehatan.[2]

2. Faktor-Faktor Yang BerhubunganDenganGangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Hubungan Beban Kerja dengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian

Responden yang memiliki beban kerja tinggi ≥ 7 yaitu berjumlah 94 responden (75,2 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki beban kerja rendah < 7 berjumlah 31 (24,8 %).Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,*kelompok responden yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik dengan kategori beban kerja tinggi sebanyak 43 orang (45,7%) sedangkan responden dengan kategori beban kerja rendah sebanyak 21 orang (67, 7%) dengan *p value*= 0,034 yang artinya ada hubungan antara beban kerja dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan merasakan beban kerja yang diterima terlalu berat diketahui bahwa minimnya anggota polisi yang bertugas pos jaga sedangkan lingkup wilayah kerjanya luas dan informan juga dituntut untuk bekerja secara cepat dan tepat, sehingga ini memungkinkan terjadinya stres dalam bekerja.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian lainnya yaitu didapatkan bahwa 53, 8 % atau sebagian besar responden merasa beban kerja yang diterima berat atau tidak sesuai dengan kemampuan dan waktu yang dimiliki. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan stres kerja pada polisi di Polda Metro Jaya Jakarta Pusat.[7]

Seperti yang diungkapkan oleh Munandar (2008) bahwa kelelahan emosional dan mental merupakan hasil dari kondisi kronis dari beban kerja kuantitatif sehingga beban kuantitatif berlebihan merupakan sumber stres kerja.[2]

Hubungan Tuntutan Mental dengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Responden yang memilikituntutan mental tinggiyaituberjumlah 90responden (72,0 %)bila dibandingkan dengan responden yang memilikituntutan mental tinggiberjumlah35 (28,0 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,*kelompokresponden yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori tuntutan mental yang tinggi 51 orang(56,7%) daripada responden dengan kategori tuntutan mental yang rendah 13 orang (37,1%) dengan*pvalue* = 0,050yang artinya ada hubungan antara tuntutan mental dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Hasilwawancaramenunjukkanbahwainforman merasakan tekanan pekerjaan sehingga menganggap tuntutan mental sebagai penyebab utama stress yang mereka rasakan akibat pekerjaan. Stress yang dialami pekerja bisa saja lebih dipengaruhi faktor pekerjaan lainnya diluar tugas yang diterima dalam instansi sendiri misalnya mengikuti pendidikan, memiliki tanggungjawab pekerjaan lain di tempat kerja dan mengikuti kegiatan organisasi lainnya.

Padapenelitianterdahuludiketahuibahwaa danyahubunganpositif antara variable tuntutan

mental denganstress kerja. Semakintinggituntutan mental yang dihadapipekerjamakaakansemakin meningkatkan stress
kerjayang merekaalami. Tuntutan mentalsecara berlebihan melampaui kemampuan dan kompetensi
kompetensi pekerja dapatmenyebabkanterjadinyaketidakmampuan, frustasibahkanBurnout. Pekerjaan dengan tuntutan mental yang baik seharusnya berada pada level tuntutan mental yang nyaman bagi pekerja sehinggasesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.Sehingga variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan.[2]

Hubungan Dukungan Sosial dengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Responden yang memiliki dukungan sosial kurang baik yaitu berjumlah 69 responden (55,2 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan sosial yang baik berjumlah 56 (44,8 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,* kelompok anggota polisi yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori dukungan sosial kurang baik 41 orang (59,4%) daripada responden dengan kategori dukungan sosial yang baik 23 orang (41,1%) *pvalue* = 0,041yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja..

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan merasa bahwa orang-orang terdekat dimana atasan kurang interaktif dengan anggota, rekan kerja kurang bekerja sama maupun pasangan masih kurang memahami tugas dari pasangannya. Atasan, rekan kerja dan pasangan memberikan dukungan sementara pekerjaan sebagai informan sangat rentan dengan gangguan kesehatan akibat dari stres karena pekerjaannya

Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa rata-rata skor dukungan sosial yang didapatkan oleh para responden, yaitu sebesar 3,87 dengan nilai minimum sebesar 2,12 dan nilai maksimum sebesar 5dan secara statistikdukungan sosial tidak memiliki hubungan yang yang signifikan dengan stress kerja.[2]

Secara teoritis House mengatakan bahwa dukungan sosial dan stres kerja mempunyai hubungan yang signifikan. Dukungan sosial dapat mereduksi tingkat stres di tempat kerja. Kuantitas dan kualitas hubungan sosial individu dengan pasangan hidup, rekan kerja, atasan berpengaruh pada kemampuan individu dalam menanggulangi stres yang dihadapinya.[2]

3. Faktor-Faktor Yang TidakBerhubunganDenganGangguanKesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Hubungan Umurdengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Distribusi umur lebih banyak dijumpai pada responden usia dewasa awal < 32 tahun sebanyak 65 orang (52,0%) dibandingkan dengan usia dewasa akhir ≥ 32 tahun sebanyak 60 orang (48,0 %).Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,* kelompok anggota polisi yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori umur dewasa awal (52,3%) daripada responden dengan kategori umur dewasa akhir (50,0 %) dengan*pvalue* = 0,797yang artinya tidak ada hubungan antara umur dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja..

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan yang mengalami gangguan kesehatan akibat stres kerja lebih banyak pada usia dewasa awal dikarenakan petugas di Polres Wakatobi sebagian besar terdiri dari usia dewasa awal sehingga yang memiliki beban kerja dan menjalankan kegiatanpelayanan masyarakat adalah anggota pada usia dewasa awal.

Salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah umur dimana seorang berusia lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak bergerak dengan gesit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya.[2]

Hubungan Masa Kerjadengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Distribusi masa kerja lebih banyak dijumpai pada responden yang masa kerja < 12 th sebanyak 65 orang (52,0%) dibandingkan dengan yang masa kerjanya ≥ 12 th sebanyak 60 orang (48,0 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,* kelompok anggota polisi yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori masa kerja < 12 th (52,3%) daripada responden dengan kategori masa kerja ≥ 12 th (50,0%) dengan*pvalue* = 0,797yang artinya tidak

ada hubungan antara masa kerja dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja..

Petugas yang mengalami gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik lebih banyak ditemukan pada petugas dengan masa kerja < 12 tahun dikarenakan pekerjaan lebih banyak dibebankan kepada petugas yang masih muda dan gesit dengan masa kerja belum lama sehingga yang berpotensi mengalami gangguan kesehatan akibat stres kerja ini adalah petugas yang masih muda dan masa kerja yang belum lama.

Hubungan Konflik Kerjadengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Responden yang memiliki konflik kerja tinggi yaitu berjumlah 79 responden (63,2 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki konflik kerja rendah berjumlah 46 (36,8 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,*kelompok responden yang gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik banyak ditemukan pada responden dengan kategori konflik kerja yang tinggi sebanyak 42 orang (53,2%) daripada responden dengan kategori konflik kerja yang rendah sebanyak 22 orang (47,8%) dengan*pvalue* = 0,165 yang artinya tidak ada hubungan antara konflik kerja dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik pada responden dengan kategori konflik kerja tinggi dikarenakan responden merasa bahwa tidak adanya pemerataan dalam pembagian tugas dan volume kerja sehingga memicu persaingan dan keinginan untuk lebih maju.

Stres kerja dapat dipicu oleh buruknya hubungan antara sesama pekerja meskipun seorang atasan ataupun hanya staf. Apabila hubungan antara sesama pekerja telah dibangun dengan baik maka masa kerja lama ataupun sebentar tidak menjadi masalah meskipun bagi pekerja yang masa kerjanya lebih singkat tentu punya beban sedikit lebih besar karena harus beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan kerjanya.[2]

Hubungan Pengembangan KarirGangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Kelompok responden yang memiliki pengembangan karir kurang baik yaitu berjumlah 68 responden (54,4 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki pengembangan karir baik berjumlah 57 (45,6 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,* kelompok anggota polisi yang stress kerja tinggi lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori pengembangan karir yang kurang baik 47 orang (64,4%) daripada responden dengan kategori pengembangan karir yang baik 29 orang (55, 8%). dengan*p value*= 0,331yang artinya tidak ada hubungan antara pengembangan karir dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja.

Hasil wawancara mengatakan bahwa informan tidak masalah terhadap pengembangan karir sebab dalam kepolisian yang mendapat jabatan adalah yang memenuhi syarat dengan status pendidikan tinggi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi stress kerja adalah pengembangan karir yaitu promosi. Hal ini di sebabkan karena adanya promosi untuk menghasilkan kepuasan kerja yang bertujuan mengurangi turn over.[2]

Hubungan Peluang Kerja dengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Kelompok responden yang memiliki peluang kerja kurang baik yaitu berjumlah 98 responden (78,4 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki peluang kerja tinggi berjumlah 27 (21,6 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square,* kelompok responden yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik dengan kategori peluang kerja yang rendah sebanyak 47 orang (48,0%) sedangkan responden dengan kategori peluang kerja tinggi sebanyak 17 orang (63, 0%) dengan*pvalue* = 0,167yang artinya tidak ada hubungan antara peluang kerja dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja..

Hasil wawancara mengatakan bahwa informanyang gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik dengan kategori peluang kerja rendah karena rendahnya keyakinan para pekerja untuk bisa mendapatkan kesempatan bekerja dan ketersediaan lowongan pekerjaan yang sesuai dengan kemampu an mereka di tempat lain.

Munculnya kekhawatiran dalam diri individu terhadap kemungkinan kehilangan pekerjaan dan sulitnya mencari pekerjaan kembali dan ketidak pastian pekerjaan di masa depan akibat sedikitnya lapangan pekerjaan yang tersedia juga dapat memicu terjadinya stres.[2]

Hubungan Aktivitas di Luar Pekerjaan dengan Gangguan Kesehatan Akibat Stres Kerja pada Jajaran Kepolisian di Polres Wakatobi

Kelompok responden yang memiliki aktivitas di luar pekerjaan tinggi yaitu berjumlah 106 responden (84,8 %) bila dibandingkan dengan responden yang memiliki aktivitas di luar pekerjaan rendah berjumlah 19 (15,2 %). Dari hasil uji bivariat dengan metode *chi-square*, kelompok anggota polisi yang gangguan kesehatan akibat stress kerja kurang baik lebih banyak dijumpai pada responden dengan kategori aktivitas di luar pekerjaan tinggi 55 orang (51,9%) daripada responden dengan kategori aktivitas di luar pekerjaan rendah 9 orang (47,4 0%) dengan p *value* = 0,717yang artinya tidak ada hubungan antara aktivitas di luar pekerjaan dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja..

Hasil wawancara mengatakan bahwa gangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baik dengan kategori aktivitas di luar pekerjaan rendah dikarenakan informan banyak pekerjaan diluar tanggungjawabnya sebagai polisi dan banyaknya tuntutan dari pekerjaan yang berasal dari keluarga maupun tuntutan terhadap diri sendiri. Namun demikian informan menerima bahwa disamping pekerjaan sebagai polisi, tidak salah jika memiliki pekerjaan sampingan karena sudah merupakan kewajiban untuk memenuhi kenyamanan dan kebutuhan keluarga

KESIMPULAN

1. Karakteristik respondenpada penelitian ini distribusi umur lebih banyak dijumpai pada responden usia dewasa awal < 32 tahun sebanyak 65 orang (52,0%) dibandingkan dengan usia dewasa akhir ≥ 32 tahun sebanyak 60 orang (48,0 %), hasil distribusi masa kerja lebih banyak dijumpai pada responden yang masa kerja < 12 th sebanyak 65 orang (52,0%) dibandingkan dengan yang masa kerjanya ≥ 12 th sebanyak 60 orang (48,0 %).
2. AnalisisStreskerjapadapolisijumlahresponden yang memilikigangguan kesehatan akibat stres kerja kurang baikyaituberjumlah 64responden (51,2 %)bila dibandingkan dengan responden yang memilikigangguan kesehatan akibat stress kerja baiksebanyak61 responden (48,8 %).
3. Variabel dengan *Odds Ratio* terbesar yaitu variabel shift kerja OR = 3,131 (95% CI ; 1,285 - 7.631) dengan *p* = 0,038). Hal ini berarti kita percaya 95% bahwa responden yang memiliki shift kerja yang tinggi kemungkinan mengalami gangguan kesehatan akibat stress kerja sebesar 3,131 kali lebih besar dibandingkan responden yang memiliki shift kerja yang rendah.
4. Variabelbeban kerjadengan OR = 3.169 (95% CI ;1,275 - 7.878). Hal ini berarti kita percaya 95% bahwa responden yang memiliki beban kerja yang tinggi kemungkinan mengalami gangguan kesehatan akibat stress kerja sebesar 3,169 kali lebih besar dibandingkan responden yang memiliki beban kerja rendah.
5. Variabel yang berhubungan dengan gangguan kesehatan akibat stres kerja adalah beban kerja (*p*=0,034), tuntutan mental (*p*=0,050), shift kerja (*p*=0,038) dan dukungan sosial (*p*=0,041).
6. Variabel yang tidak berhubungan adalah umur (*p*=0,797), masa kerja (*p*=0,797), konflik kerja (*p*=0,565), pengembangan karir (*p*=0,947), peluang kerja (*p*=0,167), aktivitas di luar pekerjaan (*p*=0,717).

SARAN

1. Bagi Institusi Kepolisian
   a. Informasi yang diperoleh dari penelitian ini diharapkandapat berguna dalam mempertimbangkan dan merumuskan kebijakan mengenai pencegahan gangguan kesehatan akibat stres kerja, melakukan sosialisasi tentang dampak stres kerja di lingkungan kerja serta membangun kerja sama dengan dinas terkait dalam hal pencegahan gangguan kesehatan akibat stres kerja di lingkungan kerja.
   b. Bagi anggota polisi agar mengikuti sosialisasi, seminar atau kegiatan-kegiatan terkait upaya-upaya pencegahan gangguan kesehatan akibat stres kerja, berperan aktif dalam mengakses informasi mengenai gangguan kesehatan akibat stres kerja dari berbagai media agar bertambah wawasan dan pengetahuannya dalam mencegah terjadinya gangguan kesehatan akibat stres kerja di lingkungan kerja.
2. Bagi Dinas Kesehatan
   a. Perlu dilakukan upaya promosi kesehatan tentang gangguan kesehatan akibat stres kerja di tempat kerja. Membuat program pertemuan advokasi stres kerja di lingkungan kerja dengan

melibatkan seluruh instansi yang akan menerapkan program promosi kesehatan mengenai pencegahan gangguan kesehatan akibat stres kerja di lingkungan kerja.

b. Mendukung pemberian informasi dan edukasi melalui penyuluhan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan kesehatan akibat stres kerja

3. Bagi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK)
   a. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut di instansi lain yang sama sekali belum tersentuh paparan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan kesehatan akibat stres kerja.
   b. Perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh gangguan kesehatan akibat stres kerja terhadap perilaku yang dapat mempengaruhi status kesehatan.
   c. Bagi peneliti lain dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya dan diharapkan dapat meneliti variabel yang lebih variatif dan metode penelitian yang berbeda.

KEPUSTAKAAN

1. Lutfiyah. 2001. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi Stres Kerja Pada Polisi Lalu Lintas Polda Metro Jaya.* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta
2. KarimaAsri, 2014. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress KerjapadaPekerja di PT. X*. FakultasKedokterandanIlmuKesehatan. UIN SyarifHidayatullah. Jakarta
3. Haris. Ahmad Fauzi, 2013. *Faktor-Faktor yang MempengaruhiKejadianStresKerjapadaPekerja Unit Produksi IV PT. Semen Tonasa*. UniversitasHasanuddin. Makasar
4. Prihatini, 2007. *Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang*. (Tesis). Universitas Sumatera Utara. Medan.
5. Widiyanti, Anik. 2008. *Analisa Pengaruh Work Family Conflik dan Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja (Study pada Polwan Kantor Polisi Daerah Jawa Tengah)*. Tesis. Fakultas Ekonomi. UNDIP. Semarang.
6. Dhania, Dhini R. 2012. *Pengaruhstreskerja, bebankerjaterhadapkepuasankerjapada medical representatif di Kota Kudus*. JurnalPsikologiUniversitasMuria Kudus.
7. Aulya. Diana, 2013. *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada polisi lalu lintas di Polres Metro Jaya,* Jakarta Pusat : UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta.
8. KementerianKesehatan,2013. *RisetKesehatanDasar(Riskesdas) 2013*. Jakarta:BadanPenelitiandanPengembanganKesehatan, KementerianKesehatanRepublik Indonesia.
9. DepartemenKesehatan,*RisetKesehatanDasar (Riskesdas) 2007*. 2008.BadanPenelitiandanPengembanganKesehatan, DepartemenKesehatanRepublik Indonesia. Jakarta.
10. Cooper, C. L. 2013. *From Stres to Wellbeing*. Palgrave Macmillan. New York
11. IrchamMachfoeds,2009. MetodologiPenelitianBidangKesehatan,Keperawatan,Kebidanan, Kedokterandisertaicontoh KTI, aSkripsi, Tesis. Fitramaya. Jogyakarta.
12. SoekidjoNotoadmodjo, 2012. MetodologiPenelitianKesehatan,RnekaCipta. Jakarta
13. Sugiyono, 2010.Metode PenelitianPendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatifdan R & D, Alfabeta, Bandung.
14. NIOSH Publication: 99: 101, 2002,[online]. [accesed 28th Juli 2009]. *Availble from World WideWeb*

14.Azizah, Musliha Fitri. 2013. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Bank*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. UNDIP

15.Gaffar, Hulaifah. 2012. *Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Bank Mandiri (Persero) Tbk Kantor Wilayah X Makassar* , Skripsi: Makassar: FEB UNHAS

16.Soekidjo Notoadmodjo, 2012. MetodologiPenelitianKesehatan,RnekaCipta. Jakarta

17. Priyoto, 2014. TeoriSikapdanPerilakudalamKesehatandilengkapiKuesioner,NuhaMedika. Yogyakarta.
18. Nursalam, 2013. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Ed. 3. Salemba Medika. Jakarta

19.Sugiyono, 2010.Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatifdan R & D, Alfabeta, Bandung.

20 Riyanto, A. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan.* Yogyakarta: Nuha Medika: 2011.