

# HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN STRES KERJA PADA ANGGOTA DIREKTORAT *RESERSE KRIMINAL* (DITRESKRIM) KEPOLISIAN DAERAH BANTEN

Phisar Razni Yana Gebrian<sup>1</sup>, Endah Kumala Dewi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[Phisarryg9@gmail.com](mailto:Phisarryg9@gmail.com)

## ABSTRAK

Polisi menghadapi berbagai persoalan, seperti tekanan dari pekerjaan, masalah dalam rumah tangga, serta kondisi ekonomi yang sulit. Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara *Psychological well-being* dan stres kerja pada Anggota Reserse Kriminal Kepolisian Daerah Banten. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *convenience sampling* sebagai model *sampling* pada saat penggalan data. Karakteristik anggota yang digunakan dalam penelitian ini adalah Anggota tetap Direktorat Reserse Kriminal Kepolisian Daerah Banten (Ditreskrim Polda Banten) yang berlokasi di Banten dengan total populasi sebesar 320 anggota. Proses pengambilan data dilakukan pada 175 subjek. Penelitian ini dilakukan dengan melakukan konstruksi pada skala *Psychological well-being* dengan jumlah aitem 39 dan nilai  $\alpha$  sebesar 0.976 dan adopsi untuk Skala Stres Kerja dengan jumlah aitem 32 dan nilai  $\alpha$  sebesar 0.983. Hasil penelitian ditemukan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *psychological well-being* dan stres kerja pada anggota Ditreskrim dan Ditreskrisus Polda Banten. Artinya, semakin tinggi *psychological well-being*, maka semakin rendah stres kerja yang dimiliki oleh anggota Ditreskrim dan Ditreskrimsus Polda Banten. Hal ini dibuktikan dengan nilai spearman rho -0.188 dan signifikansi sebesar 0.013 dengan nilai ( $p < 0.05$ ).

**Kata Kunci:** *psychological well-being*; stres kerja; anggota *reserse* kriminal

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND  
WORK STRESS AMONG MEMBERS OF THE CRIMINAL RESEARCH  
DIRECTORATE (DITRESKRIM) OF THE BANTEN REGIONAL POLICE**

**Phisar Razni Yana Gebrian<sup>1</sup>, Endah Kumala Dewi<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[Phisarryg9@gmail.com](mailto:Phisarryg9@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Police face various problems, such as work pressure, domestic problems, and difficult economic conditions. The purpose of this study is to examine the relationship between Psychological well-being and work stress in Criminal Investigation Unit Members of the Banten Regional Police. This study uses a quantitative method with convenience sampling as a sampling model during data collection. The characteristics of the members used in this study are permanent members of the Criminal Investigation Directorate of the Banten Regional Police (Ditreskrim Polda Banten) located in Banten with a total population of 320 members. The data collection process was carried out on 175 subjects. This study was conducted by constructing a Psychological well-being scale with 39 items and an  $\alpha$  value of 0.976 and adopting a work stress scale with 32 items and an  $\alpha$  value of 0.983. The study found a significant negative relationship between psychological well-being and work stress among members of the Banten Regional Police's Criminal Investigation Directorate (Ditreskrimum) and Special Criminal Investigation Directorate (Ditreskrimsus). This means that the higher the psychological well-being, the lower the work stress experienced by members of the Banten Regional Police's Criminal Investigation Directorate (Ditreskrimum) and Special Criminal Investigation Directorate (Ditreskrimsus). This is evidenced by a Spearman rho value of -0.188 and a significance level of 0.013 with a value ( $p < 0.05$ ).*

**Keyword:** *psychological well-being; work stress; criminal investigation member*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Tingginya angka kasus kriminalitas di Indonesia menjadi tantangan serius bagi aparat penegak hukum khususnya anggota Direktorat Reserse Kriminal. Melalui data yang diperoleh tingkat kriminalitas di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 255.489 kasus, dengan peningkatan 9,92% dibandingkan tahun sebelumnya, mencakup kasus pencurian, pembunuhan, dan kekerasan yang membutuhkan penanganan intens oleh aparat kepolisian (Pusiknas, 2024). Kondisi ini menuntut anggota polisi untuk meningkatkan kinerjanya dalam penyelesaian kasus secara cepat dan akurat di tengah beban kerja yang tinggi, waktu kerja panjang, serta tekanan masyarakat yang menginginkan keadilan segera (Wijayanti dan Fauzi, 2020). Tingginya beban kerja dan ekspektasi publik ini turut memicu meningkatnya tingkat stres kerja di kalangan aparat kepolisian.

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 97% anggota polisi mengalami stres kerja dengan tingkat sedang hingga tingkat tinggi saat menjalankan tugas (Humayon dkk., 2018). Anggota Kepolisian Negara Republik Indonesia yang mayoritas berawal dari satuan penelitian dan lalu lintas melaporkan mengalami tingkat stres yang cukup tinggi (Purwanto dan Sahrah, 2020). Sementara di sisi lain, terdapat laporan yang menyatakan bahwa sepanjang tahun 2016, terdapat 16 kasus bunuh diri yang melibatkan anggota kepolisian di Indonesia (Dewi, 2016).

Data dari Biro Psikologi SSDM Polri mencatat sebanyak 15 anggota kepolisian yang melakukan upaya bunuh diri, baik yang berhasil maupun tidak,

selama periode Januari hingga Juni tahun 2023 (Rimadi, 2023). Fenomena ini sejalan dengan laporan internasional yang mengindikasikan bahwa sekitar 35% polisi mengalami stres kerja tinggi akibat *workload* dan *exposure* terhadap kekerasan di lapangan (Chen and Wu, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan polisi menghadapi berbagai persoalan, seperti tekanan dari pekerjaan, masalah dalam rumah tangga, serta kondisi ekonomi yang sulit. Tingginya angka bunuh diri di kalangan polisi banyak dikaitkan dengan beratnya beban kerja, bahkan ada yang harus bertugas lebih dari 12 jam setiap harinya. Keadaan ini menjadikan mereka rentan mengalami stres dan tekanan emosional, terutama saat berinteraksi langsung dengan masyarakat (Putra, 2024).

Stres kerja sendiri didefinisikan sebagai kondisi ketegangan emosional yang tumbuh saat individu menghadapi tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan mereka untuk menyelesaikannya (McCreary, dkk., 2006). Stres kerja terjadi ketika adanya ketidaksesuaian antara desakan lingkungan kerja dengan sumber daya individu untuk mengatasinya, yang memunculkan ketegangan fisiologis dan psikologis (Robbins dan Judge, 2023). Aspek stres kerja dapat meliputi beban kerja berlebih, waktu kerja panjang, konflik peran, ketidakjelasan peran, dan kondisi kerja berbahaya yang sering dihadapi anggota kepolisian (Wijayanti dan Fauzi, 2020). Selain itu, McCreary, dkk., (2006). menjelaskan bahwa aspek-aspek stres kerja dapat dikelompokkan menjadi dua jenis, salah satunya *operational stressor*.

*Operational stressor* merujuk pada faktor-faktor pemicu stres yang berkaitan langsung dengan pelaksanaan tugas, seperti adanya potensi terjadinya insiden traumatis saat menjalankan pekerjaan. Pada lingkungan kepolisian, stres

kerja dapat muncul akibat keterpaparan terhadap tindak kriminal berat, tekanan target penuntasan kasus, serta tekanan psikososial dari lingkungan kerja yang kompetitif (Queirós dkk., 2020).

Stres kerja mempunyai peran negatif maupun positif pada individu. Dampak negatifnya meliputi penurunan konsentrasi, gangguan tidur, ketegangan otot, penurunan kepuasan kerja, depresi, bahkan risiko bunuh diri, sebagaimana ditemukan pada anggota polisi yang mengalami stres kerja di Polda Lampung (Sari dkk., 2025). Dampak positif stres kerja adalah munculnya motivasi untuk segera menyelesaikan pekerjaan ketika stres berada pada tingkat optimal (Putra dan Pono, 2023). Kenyataan di lapangan menunjukkan anggota Reserse Kriminal Polda Banten sering mengalami gangguan tidur, kelelahan mental, serta perasaan tertekan akibat tekanan target penyelesaian kasus kriminal yang tinggi, kondisi ini menggambarkan adanya gejala stres kerja dalam pelaksanaan tugas mereka (Hasil wawancara dengan anggota Reserse Kriminal Polda Banten).

Faktor-faktor yang mampu mempengaruhi terbentuknya stres kerja pada anggota polisi antara lain adalah faktor individu terdiri dari usia dan kepribadian, sedangkan untuk faktor organisasi terdiri dari dukungan atasan, beban kerja, serta faktor psikososial seperti *psychological well-being* (Meininda dan Amherstia dkk., 2024). *Psychological well-being* berperan penting karena dapat menjadi faktor protektif yang menurunkan tingkat stres kerja pada individu dengan memberikan ketahanan psikologis dalam menghadapi tekanan kerja (Todaga dan Wijono, 2022). Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa polisi dengan *psychological well-being* yang tinggi mempunyai kemampuan lebih mumpuni dalam menghadapi stres

kerja dan dapat mengelola emosi saat menghadapi kasus berat (Sopacuaperu dkk., 2024).

*Psychological well-being* yakni suatu keadaan dimana seseorang memiliki perasaan puas dengan kehidupannya, mempunyai korelasi positif dengan orang lain, berkemampuan mengatur lingkungannya secara efektif, dan mempunyai tujuan dalam hidup. *Psychological well-being* terdiri dari *self acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life dan personal growth* (Ryff, 2018). Menurut Sofyanty et al., (2020) *psychological well-being* juga mencakup persepsi diri yang baik dan keterampilan dalam beradaptasi pada perubahan keadaan. Karena *psychological well-being* dapat membantu petugas polisi tetap tangguh, tenang secara emosional, dan fokus dalam menghadapi situasi pekerjaan yang penuh tekanan, hal ini penting.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Leonardi dan Astuti (2023) menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan antara stres kerja dan kesejahteraan psikologis pada 385 guru yang aktif mengajar di wilayah Jabodetabek. Penelitian lanjutan yang dilakukan Alfina Rufiati (2025) menjelaskan bahwa stres kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap *psychological well-being*. Sopacuaperu dkk., (2024) juga menemukan adanya korelasi terbalik antara stres kerja dengan *psychological well-being* pada anggota polisi di Polda Maluku, sedangkan Todaga dan Wijono (2022) menemukan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *psychological well-being* dengan stres kerja di perusahaan PT X di masa pandemi covid 19. Penelitian internasional juga mendukung hal ini, seperti yang dijelaskan oleh Alan Beckley, Joanna Wang (2025) menelaah adanya

hubungan negatif stres kerja dengan kesejahteraan mental positif pada anggota polisi di Amerika Serikat dan Inggris.

Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada unit kepolisian secara umum, tanpa membedakan karakteristik tugas yang dimiliki oleh satuan *Reserse* Kriminal. Padahal, anggota Direktorat *Reserse* Kriminal memiliki tanggung jawab yang berbeda, antara lain menangani kasus-kasus kriminal berat, berhadapan langsung dengan pelaku kejahatan yang sering kali bersifat agresif atau berbahaya, serta melakukan penyelidikan yang memerlukan ketelitian tinggi dan waktu kerja yang tidak menentu. Tekanan ini semakin meningkat dengan adanya target penyelesaian kasus yang ketat, keterpaparan terhadap adegan atau bukti yang bersifat traumatis, dan tuntutan administratif yang menambah beban kerja (Chen and Wu, 2022). Kondisi tersebut menjadikan sumber stres kerja pada *Reserse* Kriminal lebih kompleks dibandingkan dengan satuan kepolisian lainnya, sehingga respons psikologis yang muncul juga berpotensi berbeda.

Selain itu, sebagian penelitian terdahulu lebih berfokus pada hubungan antara beban kerja maupun variabel lainnya dengan tingkat stres anggota polisi. Padahal, *psychological well-being* dapat berfungsi sebagai mekanisme ketahanan psikologis yang penting, yang memungkinkan individu mengelola tuntutan kerja yang tinggi dan tekanan emosional secara lebih adaptif, lalu adanya perbedaan lingkungan kerja, intensitas tugas, dan sifat interaksi sosial yang dihadapi oleh anggota *Reserse* Kriminal dibandingkan satuan kepolisian lainnya membuat penelitian ini menjadi penting. Studi yang secara khusus meneliti korelasi antara *psychological well-being* dan stres kerja pada *Reserse* Kriminal dapat menjelaskan

bahwa beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan kelelahan, tidak hanya pada fisik namun juga pada emosi yang kemudian menjadi sumber stres.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah terdapat hubungan antara *Psychological well-being* dan stres kerja pada Anggota Reserse Kriminal Kepolisian Daerah Banten? “.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan mengkaji hubungan antara *Psychological well-being* dan stres kerja pada Anggota Reserse Kriminal Kepolisian Daerah Banten.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini harapannya mampu menambah wawasan dan memperbanyak literatur dalam ilmu psikologi bidang industri dan organisasi (PIO) terkait hubungan antara *Psychological well-being* dan stres kerja di lingkungan kerja yang berisiko tinggi, khususnya di kepolisian. Hal ini penting untuk mengetahui dampak praktis yang substansial terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis secara individu serta upaya untuk membangun tempat kerja yang aman dan fleksibel yang menumbuhkan profesionalisme anggota Direktorat Investigasi Kriminal.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Satuan Divisi Reserse Kriminal: Penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan dalam rangka pengembangan program manajemen stres

yang lebih efektif, mendukung anggota Reserse Kriminal untuk menjaga *psychological well-being* mereka, dan pada akhirnya meningkatkan kinerja dan kualitas pelayanan yang diberikan. Serta dapat menjadi landasan bagi institusi kepolisian untuk merumuskan kebijakan yang bertujuan meningkatkan kesehatan mental, ketahanan psikologis, dan kinerja petugas penegak hukum secara keseluruhan.

- b. Bagi Peneliti: Penelitian ini memberikan pengalaman langsung dalam menganalisis hubungan antara *Psychological well-being* dan stres kerja, serta memberikan pengetahuan spesifik mengenai permasalahan yang ditemui oleh anggota Reserse Kriminal.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya: Memberikan referensi berharga mengenai penelitian mengenai *psychological well being* dan stres kerja serta menambahkan pengetahuan mendalam mengenai korelasi antara stres kerja dan *Psychological well-being* pegawai Direktorat Reserse Kriminal



