

**HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT STRES KERJA
PADA PEMADAM KEBAKARAN DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

EVA YUNIATI

NIM 22020122120011

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, JUNI 2026

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Eva Yuniati

NIM : 22020122120011

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada
Pemadam Kebakaran di Kota Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Juni 2026

Yang Menyatakan



Eva Yuniati

NIM. 22020122120011

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Eva Yuniati
Tempat/Tanggal Lahir : Wonosobo, 7 Juni 2004
Alamat Rumah : Dsn. Bonogoro, RT 023/RW 008, Desa Kauman,
Kecamatan Kaliwiro, Kabupaten Wonosobo,
Provinsi Jawa Tengah, 5636
No. Telp : 082323716095
Email : yuniatieva49@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran di Kota Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 19% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, Juni 2026

Yang Menyatakan



Eva Yuniati

NIM. 22020122120011

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul

**HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT STRES KERJA PADA
PEMADAM KEBAKARAN DI KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Eva Yuniati

NIM 22020122120011

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

Pembimbing,

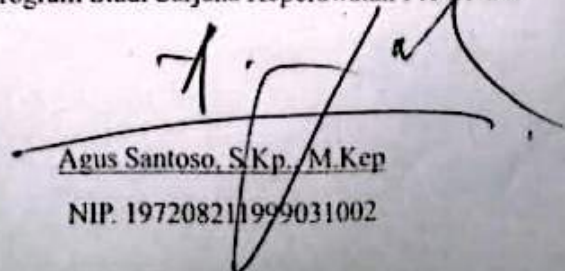


Ns. Marsha Yoke Nancy, S.Kep., M.N.Sc

NIP. 199503192024062003

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT STRES KERJA PADA PEMADAM KEBAKARAN DI KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Eva Yuniati

NIM : 2202012212011

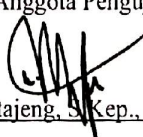
Telah diuji pada 18 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,


Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep

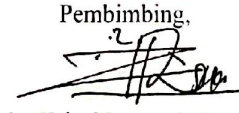
NIP. 199304202019032024

Anggota Penguji,


Mutik Sri Pitajeng, S.Kep., Ners., M.Kep

NIP. 199201312024062001

Pembimbing,


Ns. Marsha Yoke Nancy, S.Kep., M.N.Sc

NIP. 199503192024062003

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP


Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran di Kota Semarang” dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai keterbatasan dan kekurangan, baik dari segi substansi maupun teknis penelitian. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik, saran, serta masukan yang bersifat konstruktif guna penyempurnaan skripsi ini pada tahap selanjutnya.

Semarang, Juni 2026



Eva Yuniati

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, motivasi, serta bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus dan sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi selama proses penyusunan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M. Kep. selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro;
2. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro;
3. Ibu Ns. Marsha Yoke Nancy., S.Kep., M.N.Sc selaku dosen pembimbing;
4. Ibu Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji I;
5. Ibu Mutik Sri Pitajeng, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji II;
6. Kedua orang tua tercinta, serta kakak kandung, kakak ipar, dan keponakan;
7. Sahabat – sahabat penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan membuat penulis tidak merasa sendiri;
8. Untuk diriku sendiri, Eva Yuniati terima kasih telah bertahan hingga titik ini. Terima kasih atas keteguhan, kesabaran, dan keberanian untuk terus melangkah meskipun proses yang dilalui tidak selalu mudah. Setiap usaha, air mata, dan doa yang dipanjatkan semoga menjadi bagian dari perjalanan menuju masa depan yang lebih baik;

9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu dan berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini.

Semarang, Juni 2026



Eva Yuniati

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.3.1 Tujuan Umum	10
1.3.2 Tujuan Khusus	10
1.4 Manfaat Penelitian	11
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	11
1.4.2 Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Tingkat Resiliensi	13
2.1.1 Pengertian Resiliensi.....	13
2.1.2 Aspek – Aspek Resiliensi.....	13
2.1.3 Fungsi Resiliensi.....	14
2.1.4 Faktor – Faktor Pembentuk Resiliensi	16
2.1.5 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi.....	18

2.1.6 Level Resiliensi.....	20
2.1.7 Resiliensi pada Petugas Pemadam Kebakaran di Lapangan	23
2.1.8 Manfaat Resiliensi.....	26
2.1.9 Pendekatan Resiliensi berdasarkan Teori Resiliensi Connor & Davidson (2003).....	28
2.2 Tingkat Stres Kerja	30
2.2.1 Definisi Stres Kerja	30
2.2.2 Gejala Stres Kerja	31
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	32
2.2.4 Jenis – Jenis Stres Kerja.....	34
2.2.5 Dampak Stres Kerja	35
2.2.6 Level Stres Kerja.....	37
2.2.7 Stres Kerja Pemadam Kebakaran di Lapangan.....	38
2.2.8 Cara Mengatasi Stres Kerja.....	41
2.2.9 Pendekatan Stres Kerja berdasarkan Teori Stres Kerja Parker & Decotiss	43
2.3 Hubungan Resiliensi dan Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran	46
2.4 Kerangka Teoretis	49
2.5 Kerangka Konseptual	50
2.6 Hipotesis Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN.....	50
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	50
3.1.1 Jenis Penelitian.....	50
3.1.2 Rancangan Penelitian	50
3.1.3 Populasi Penelitian	51
3.2 Sampel Penelitian	51
3.2.1 Teknik Sampling	53
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	54
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	55
3.5 Alat Penelitian	59
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	62
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	65
3.8 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	70

3.8.1 Teknik Pengolahan Data	70
3.8.2 Teknik Analisis Data	72
3.9 Etika Penelitian	75
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	80
4.1 Karakteristik Responden	80
4.2 Gambaran Tingkat Resiliensi Pemadam Kebakaran	81
4.3 Gambaran Tingkat Stres Kerja Pemadam Kebakaran	82
4.4 Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran	82
4.5 Gambaran Sebaran Item Tingkat Resiliensi Pemadam Kebakaran	83
4.6 Gambaran Sebaran Item Tingkat Stres Kerja Pemadam Kebakaran	85
BAB V PEMBAHASAN	88
5.1 Karakteristik Responden	88
5.2 Tingkat Resiliensi Petugas Pemadam Kebakaran.....	95
5.3 Tingkat Stres Kerja Pemadam Kebakaran	99
5.4 Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran	102
5.5 Keterbatasan Penelitian	103
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	105
6.1 Kesimpulan	105
6.2 Saran	105
6.2.1 Bagi Dinas Pemadam Kebakaran.....	105
6.2.2 Bagi Petugas Pemadam Kebakaran	106
6.2.3 Bagi Masyarakat Ilmiah/Pendidikan	106
6.2.4 Bagi Perawat	106
6.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	106
DAFTAR PUSTAKA	107
LAMPIRAN.....	xix

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
3.1	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Ukur	55
3.2	Klasifikasi Skala Resiliensi	61
3.3	Klasifikasi Instrumen <i>Job Stress Scale</i>	62
3.4	<i>Coding</i> Penelitian	71
4.1	Karakteristik Responden (n = 231)	80
4.2	Tingkat Resiliensi Pemadam Kebakaran di Kota Semarang (n = 231)	81
4.3	Gambaran Tingkat Stres Kerja Pemadam Kebakaran di Kota Semarang (n = 231)	82
4.4	Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran	82
4.5	Gambaran Sebaran Item Tingkat Resiliensi Pemadam Kebakaran di Kota Semarang (n = 231)	83
4.6	Gambaran Sebaran Item Tingkat Stres Kerja Pemadam Kebakaran di Kota Semarang (n = 231)	85

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Kerangka Teoretis	47
2.	Kerangka Konseptual	48

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
1. Surat Data Awal (Studi Pendahuluan)	xix
2. Izin Penggunaan Kuesioner	xx
3. Lembar Kuesioner	xxi
4. Lembar <i>Informed Consent</i>	xxix
5. <i>Ethical Clearance</i>	xxxi
6. Surat Izin Penelitian	xxxii
7. Bukti Turnitin	xxxiii
8. Lembar Konsultasi dengan Dosen Pembimbing	xxxiv
9. <i>Logbook</i> Bimbingan Skripsi	xxxvii
10. Hasil Uji Statistik	vIvii

DAFTAR SINGKATAN

JSS	: <i>Job Stress Scale</i>
EC	: <i>Ethical Clearance</i>
E	: <i>Expected Count</i> (Frekuensi Harapan)
O	: <i>Observed Count</i> (Frekuensi Observasi)

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Juni, 2026

ABSTRAK

Eva Yuniati

Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Stres Kerja pada Pemadam Kebakaran di Kota Semarang

lvii + 117 Halaman + 10 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran

Petugas pemadam kebakaran merupakan profesi dengan tingkat risiko yang tinggi karena harus berhadapan langsung dengan api dan berbagai sumber bahaya di lokasi kejadian. Tingginya tuntutan pekerjaan, paparan situasi traumatis, serta tekanan sosial menjadikan petugas pemadam kebakaran rentan mengalami stres kerja. Resiliensi sebagai faktor protektif berperan penting dalam membantu petugas mengelola stres kerja tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan tingkat stres kerja pada petugas pemadam kebakaran di Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling yang melibatkan 231 responden. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian adalah *Job Stress Scale* dan *Resilience Scale*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi tinggi (93,9%) dan tingkat stres kerja rendah (78,8%). Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan tingkat stres kerja pada pemadam kebakaran di Kota Semarang, dengan nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar -0,330. Artinya, semakin tinggi tingkat resiliensi petugas, semakin rendah tingkat stres kerja yang dialami. Temuan ini menegaskan pentingnya resiliensi sebagai faktor protektif dalam menghadapi tekanan kerja yang tinggi pada profesi pemadam kebakaran. Dinas Pemadam Kebakaran disarankan mengembangkan program penguatan resiliensi dan dukungan psikologis berkelanjutan bagi petugas, sementara petugas disarankan mempertahankan strategi coping positif serta memanfaatkan dukungan sosial untuk menjaga kesejahteraan mental.

Kata Kunci : Pemadam Kebakaran, Resiliensi, Tingkat Stres Kerja

Daftar Pustaka : 11 (107 – 117)

Department of Nursing
 Faculty of Medicine
 Diponegoro University
 June, 2026

ABSTRACT

Eva Yuniati

The Relationship Between Resilience and Work Stress Levels among Firefighters in Semarang City

lvii + 117 Pages + 10 Tables + 2 Pictures + 10 Attachments

Firefighters are a profession with a high level of risk because they have to deal directly with fire and various sources of danger at the scene of the incident.. High job demands, exposure to traumatic situations, and social pressure make firefighters vulnerable to work stress. Resilience, as a protective factor, plays an important role in helping firefighters manage work-related stress. This study aimed to determine the relationship between resilience and work stress levels among firefighters in Semarang City. This research used a quantitative method with a correlational design. The sampling technique used was total sampling, involving 231 respondents. The instruments used to measure the research variables were the Job Stress Scale and the Resilience Scale. Data were analyzed using the Spearman correlation test. The results showed that the majority of respondents had a high level of resilience (93.9%) and a low level of work stress (78.8%). The bivariate test results showed a significant negative relationship between resilience and work stress levels among firefighters in Semarang City, with a p-value of 0.000 ($p \leq 0.05$) and a correlation coefficient of -0.330. This indicates that the higher the firefighters' resilience, the lower their work stress level. These findings confirm the importance of resilience as a protective factor in coping with high job demands among firefighters. The Fire Department is advised to develop sustainable resilience-building and psychological support programs for officers, while officers are advised to maintain positive coping strategies and utilize social support to preserve their mental well-being.

Keywords : *Firefighters, Resilience, Work Stress Level*

References : *11 (107 – 117)*