

## FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA PADA PEGAWAI LEMBAGA PEMASYARAKATANKELAS II A SUMBAWA BESAR

<sup>1</sup>Uswatun Hasanah\*, <sup>2</sup>Ayuning Atmasari

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa

Email: [Ayuning.atmasari@uts.ac.id](mailto:ayuning.atmasari@uts.ac.id)

---

### Abstrak

**Diterima**  
Juni 2021

Stres kerja merupakan bagian dari kehidupan individu, karena stres adalah reaksi atau tanggapan tubuh secara spesifik terhadap faktor stres, yang menghasilkan sumber stres. Hasil dari stres yang bersumber dari faktor lingkungan, diri sendiri dan pikiran. Hasil stres tersebut meliputi perubahan pada kondisi psikis, emosional, dan psikologi, yang mengakibatkan munculnya beberapa gejala pada fisik diantaranya seperti gelisah, kesulitan dalam tidur, pusing, hingga jatuh sakit dan lain lain. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan mengetahui faktor stres kerja pada pegawai LAPAS kelas IIA Sumbawa Besar. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kualitatif deskriptif, dengan subjek berjumlah dua orang. data Hasil Analisis penelitian dari tiga faktor yaitu lingkungan, diri sendiri dan pikiran, hanya satu dari kedua subjek yang mengalami stres dari keseluruhan faktor akibatnya subjek kadang sakit dan akhirnya mengambil cuti untuk beberapa minggu, dan subjek ke dua sumber dari stres yang dialaminya lebih banyak sumber dari lingkungan yang sangat mempengaruhi pola kerjanya di kantor akan tetapi subjek mempunyai cara untuk mengatasi stres yang dialaminya tersebut

**Diterbitkan**  
Desember 2021

**Kata kunci :** Pegawai Lembaga Pemasyarakatan, Faktor Stres Kerja

---

---

### Abstract

Work stress is part of an individual's life, because stress is the body's reaction or response specifically to stress factors, which produce a source of stress. The results of the stress include changes in psychological, emotional, and psychological conditions, which result in the emergence of several physical symptoms such as anxiety, difficulty in sleeping, dizziness, to fall ill and others. This research was conducted with the aim of knowing the factors of work stress in class IIA Sumbawa Besar LAPAS employees. The type of research conducted is descriptive qualitative research, with two subjects. Data Results Research analysis of three factors, namely the environment, self and mind, only one of the two subjects experienced stress from all the factors as a result the subject sometimes got sick and eventually took leave for a few weeks, and the second subject experienced more sources of stress from an environment that greatly affects his work pattern in the office, but the subject has a way to deal with the stress he experiences

**Keyword :** Correctional Institution Employees, Job Stress Factors

---

### PENDAHULUAN

Fenomena faktor yang mempengaruhi stres kerja kepada para pegawai, tentunya sering dialami juga oleh para pegawai lembaga pemasyarakatan di Indonesia, termasuk para pegawai di Lembaga pemasyarakatan Kelas IIA Sumbawa Besar atau merupakan unit pelaksana teknis dibawah direktorat jendreal kementrian hukum dan hak asasi manusia (Kemenkumham) dengan jumlah pegawai 78 orang di dalamnya, kemudian dari hasil wawancara singkat

yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa pegawai, terdapat informasi bahwa pegawai sering mengeluh karena tugas dan beban kerja yang memang berat, yang mengakibatkan terjadinya stres kerja yang dialami oleh para pegawai di LAPAS sumbawa besar, yang mengakibatkan terjadinya penurunan kinerja pegawai, kelelahan berlebih, kesulitan tidur hingga jatuh sakit, hal hal tersebut yang biasanya dipicu oleh faktor yang mempengaruhinya, seperti pada lingkungan kerja, diri sendiri dan juga pikiran yang ditimbulkan oleh para pegawai, seperti ketika pegawai

memiliki beban kerja yang berat, membina narapidana yang melakukan pelanggaran, tidak adanya kerja sama antar rekan kerja dan juga pimpinan, tidak adanya pelatihan untuk para pegawai, hingga penerimaan pengunjung di tangan minimnya berbagai fasilitas yang tersedia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ojo (2009) terdapat beberapa faktor yang sangat berpengaruh terhadap kejadian stres kerja di lingkungan lembaga pemasyarakatan di Nigeria yaitu kerusakan yang kerap kali terjadi di dalam penjara, cedera, penyanderaan staf penjaga lembaga pemasyarakatan, penyerangan fisik, kepemilikan senjata, dll. Penelitian ini menunjukkan bahwa 96% penjaga lembaga pemasyarakatan berisiko mengalami stres tinggi dalam menghadapi lingkungan kerja dengan risiko tinggi. Di Nigeria sumber stres kerja yang dialami oleh penjaga lembaga pemasyarakatan diakibatkan oleh lingkungan kerja dan fasilitas kerja yang diterima oleh petugas penjaga lembaga pemasyarakatan kurang memadai, contohnya kerusakan yang sering terjadi di dalam penjara, prosedur yang kurang baik, bangunan yang tidak layak, serta minimnya pasokan air, dan lain-lain. Sedangkan menurut (Rizkiyani & Saragih, 2012) sumber stres kerja yang terjadi pada penjaga lembaga pemasyarakatan di Indonesia berasal dari beban kerja yang cukup tinggi tanpa adanya jaminan kesejahteraan yang sesuai.

Dari beberapa penelitian mengenai sumber dan penyebab stres yang dialami oleh penjaga lembaga pemasyarakatan, dapat disimpulkan bahwa sumber stres pada setiap lembaga pemasyarakatan di setiap negara memiliki unsur penyebab stres yang berbeda.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menekankan pada hipotesis melainkan pada usaha menjawab pertanyaan penelitian melalui cara-cara berfikir formal dan argumentatif (Azwar, 2012). Penentuan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria : pegawai LAPAS Sumbawa, yang selalu bersentuhan dengan narapidana, memiliki beban yang berat dalam bertugas, subjek bekerja lebih dari tiga tahun.

Subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak dua orang, Lokasi dan Waktu Penelitian Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :1) Wawancara, berupa wawancara semi

terstruktur dengan menggunakan guide wawancara 2) Observasi dalam penelitian ini adalah observasi unsystematic atau observasi tidak terstruktur 3) Dokumentasi. Analisis data yang dilakukan diantaranya : 1) Reduksi data (*data reduction*) 2) Penyajian data (*data display*) 3) Penarikan kesimpulan dan verifikasi data

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Adapun hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap kedua subjek menunjukkan bahwa :

### **a. Lingkungan**

Dari kedua subjek yaitu WD dan SM, meskipun keduanya menjabat di bagian yang berbeda, kedua subjek mempunyai tekanan dan tanggung jawab yang berat dalam pekerjaannya, seperti yang dirasakan subjek satu yaitu subjek WD, yaitu ketika bekerja dan rekan kerja yang tidak bisa bekerja sama dalam melaksanakan tugas, rekan yang membicarakan subjek di belakang, bahkan pimpinan atau kasi yang tidak konsisten dalam perintahnya, sehingga membuat subjek menghadapi tekanan dalam pekerjaan, kemudian subjek dua yaitu SM ketika rekan kerjanya

membicarakannya dari belakang, sehingga membuat subjek menjadi canggung dengan rekan rekannya, pimpinan yang membandingkan perlakuan dengan sesama pegawai, hingga ketika kedua subjek WD dan SM dihadapkan dengan tugas utamanya yaitu membina narapidana, keduanya merasakan tekanan dalam hal ini karena pegawai yang minim dan harus membina narapidana dengan jumlah yang sangat banyak, membuat subjek WD dan SM kelelahan dalam menjalankan tugas, dan merasakan akibat stres kerja seperti kesulitan tidur, pusing ketika bekerja, bahkan terbawa mimpi dan sakit yang mengakibatkan harus mengambil cuti untuk beberapa hari.

Meski demikian keduanya mengaku selama bertugas dan menjadi pegawai Lembaga pemasyarakatan tidak ada pengembangan ataupun pelatihan apapun untuk para pegawai, yang membuat kedua subjek mendapatkan tekanan yang bertambah karena hal tersebut, akan tetapi jika dari lingkungan keluarga kedua subjek mendapatkan dukungan penuh dari orang tuanya, meskipun tidak mendapatkan dukungan lingkungan dari tetangga dan lingkungan rumahnya, dan cara menyikapi hal tersebut keduanya berbeda, seperti ketika subjek satu, menyikapinya dengan cara diam saja dan tidak pernah menghiraukan pandangan mereka yang mengarah ke negatif, dan

subjek dua yaitu SM, keluarganya memilih menarik diri dari lingkungan dan tidak bertemu ataupun keluar rumahnya, meskipun sesekali keluarga SM membalas perkataan mereka.

Meskipun demikian stres di lingkungan kerja memang tidak dapat dihindarkan, yang dapat dilakukan adalah bagaimana mengelola, mengatasi atau mencegah terjadinya stres tersebut, sehingga tidak mengganggu pekerjaan (Notoatmodjo, 2012).

## 2. Diri sendiri

Dari subjek SM merasa stres yang mengakibatkan tidak bisa mengontrol emosi dengan baik, jika terdapat narapidana yang melakukan pelanggaran, meski subjek meluapkannya dengan cara yang berbeda, subjek satu yaitu WD lebih memarahi narapidana tersebut, dan menyerahkan ke wali kamar atau KPLP, sedangkan subjek SM, sebelum menyerahkan narapidana tersebut kepada walinya atau KPLP, subjek SM memilih untuk memukulnya terlebih dahulu untuk memberi narapidana tersebut pelajaran.

Ini juga berlaku jika ada narapidana yang terbukti membawa dan menyembunyikan barang barang terlarang seperti barang elektronik dan benda benda tajam, dan subjek WD dan SM juga memarahi dan memukul narapidana tersebut yang tetap saja mengulangi kesalahan yang sama, untuk menetralkan kembali keadaan *mood* yang kurang baik petugas biasanya berdiam dan menenangkan dirinya, dengan dengan kegiatan menonton film di luar dan di luar jam kerja ataupun berkumpul dengan teman temannya di luar jam kantor membeli makanan atau barang yang mereka ingin beli atau hanya menelpon keluarganya dan kekasihnya sudah bisa membangkitkan kembali semangat kedua subjek.

Hal tersebut akhirnya berpengaruh dengan kehidupan kedua subjek, seperti kesulitan tidur, merasakan pusing di kepala, terbawa mimpi, bahkan sakit, adapun pengalihan stres kerja yang dialami kedua subjek seperti melakukan *hobby* nya yaitu dalam bidang olahraga, subjek WD mempunyai hobi bermain bulutangkis dan *gym*, sedangkan subjek SM yang juga mempunyai hobi seperti bermain Bola Basket, dan semua itu dilakukan kedua subjek untuk pengalihan stres dan juga sebagai bentuk penghargaan pada dirinya sendiri. Dan hal itu berdampak negatif jika individu menilai dirinya tidak mampu dalam mengatasi hambatan atau tekanan yang datang sehingga akan berpengaruh terhadap cara berpikir serta berperilaku Beck Judith (Azmi, 2017).

## 3. Pikiran

subjek WD dikenal sebagai orang yang cuek akan tetapi subjek WD tidak mudah marah, subjek tidak peduli ada orang yang tidak suka dengannya pun, karena sikap cueknya tersebut dan lebih memendam amarahnya, sedangkan subjek SM lebih dikenal dengan pribadi yang ramah akan tetapi subjek akan marah jika ada yang mengganggu kehidupannya, seperti ketika beberapa orang di sekeliling rumahnya mencibirnya dan juga rekan rekannya di kantor yang tidak suka dengan subjek dan juga selalu membicarakannya di belakang, akan tetapi subjek mulai terbiasa dan juga subjek mulai tidak menghiraukannya, dalam hal tersebut, untuk keduanya menjadi pegawai lembaga pemasyarakatan sudah 4 tahun membuat mereka terbiasa dengan pembicaraan pembicaraan di belakang mereka, karena menjadi pegawai lembaga pemasyarakatan merupakan pengalaman kerja yang pertama bagi kedua subjek. Seperti menurut Fandi (Sonya, 2016) Stres adalah sesuatu yang dapat menimbulkan ketegangan yang dapat mempengaruhi emosi seseorang, proses berfikir pada kondisi setiap orang.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, stress kerja yang dialami oleh pegawai Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Sumbawa Besar dari faktor yang dialami oleh para pegawai dipicu faktor lingkungan yaitu narapidananya itu sendiri, narapidana yang sulit dikontrol ketika diperintah, pelanggaran yang terus menerus dilakukan narapidana, dan juga kurangnya tenaga kerja di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sumbawa Besar, kemudian faktor dari lingkungan yaitu rekan kerja yang berpengaruh pada kinerja kerja saat bekerja di kantor.

Upaya yang dilakukan dari kedua subjek untuk menghadapi faktor stres kerja yang dialaminya, masih kurang maksimal sehingga memunculkannya dampak stres yaitu pusing, memikirkan hal hal yang terjadi di kantor saat bekerja sehingga terbawa mimpi, emosi yang tidak stabil, bahkan salah satu subjek lebih mengurangi interaksinya dengan lingkungan ketika di rumah dan juga bahkan salah satu subjek sering mengambil cuti dikarenakan sakit. Adapun saran dari peneliti adalah sebagai berikut.

Bagi pihak Lembaga Pemasyarakatan: Diharapkan bagi Lembaga Pemasyarakatan agar memberikan pelatihan dan juga mengembangkan pegawai serta menyediakan alat bantu pemeriksaan otomatis yang membantu proses pemeriksaan dalam bekerja, dan semua pegawai harus bekerja sama dalam membangun Lembaga Pemasyarakatan agar lebih baik

lagi.

Bagi Subjek: Diharapkan mampu membuka menyalurkan emosinya dengan baik dan juga tepat. Selain itu subjek juga bisa mencari rutinitas kebahagiaannya sendiri seperti memasak dan juga memakan masakannya atau membeli makanan kesukaannya, menonton film, bermain dengan teman temannya atau berolahraga dan menjalankan rutinitas seperti *hobinya*, hal ini diharapkan menurunkan emosi yang dihadapi oleh subjek

Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan mampu menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan bahan acuan untuk penelitian selanjutnya, serta mengkaji informasi dan data yang lebih mendalam untuk menyempurnakan penelitian ini dengan menambahkan variabel yang lain

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfandra, S. (2019). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Di Lapas Pemuda Kelas Iii Langkat Alfandara Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Medan*. 162.
- Diki Riyanto Uloli, Epi Supiadi, W. (2019). Manajemen Stres Petugas Lembaga Pemasarakatan Kelas Ii a Subang. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 1(1).
- Has, N. (2019). *PROGRAM Studi S2 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat*.
- Prasetyo, A. R., & Nurtjahjanti, H. (2010). *Pengaruh penerapan terapi tawa terhadap penurunan tingkat stres kerja pada pegawai kereta api*.
- Rizkiyani, D., & Saragih, S. R. (2012). Stress Kerja dan Motivasi Kerja pada Petugas Lembaga Pemasarakatan. *Jurnal Manajemen*, 12(1), 27–44. <https://journal.maranatha.edu/index.php/jmm/article/view/172>
- Sonya, B., Lestari, A., Wahyuni, I., Keselamatan, B., & Masyarakat, F. K. (2016). Hubungan Karakteristik Individu dan Komunikasi Interpersonal dengan Stres Kerja pada Petugas Penjagaan (Sipir) di Lembaga Pemasarakatan (Lapas) Klas IIA Wanita Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3), 326–332.
- Uloli, D. R., & Supiadi, E. (2019). Manajemen Stres Petugas Lembaga Pemasarakatan Kelas Ii A Subang. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 1(1).
- Sati, A., & Harahap, S. (2020). Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasarakatan. *Tazkir: Jurnal Penelitian Ilmu- Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 6(1), 69-86.
- Pratiwi, N. W., & Novrikasari, N. (2020). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Stres Kerja Pada Petugas Penjaga Lembaga Pemasarakatan Kota Palembang Tahun 2020* ( Sriwijaya University).