

## ABSTRAK

Sari, Fatma Dewi Anita. 2015. Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas (UIN) Maulana Ibrahim Malang. Dosen Pembimbing: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

---

### **Kata Kunci:** Resiliensi, Stres Kerja

Resiliensi adalah daya ketahanan individu untuk menghadapi berbagai hal dalam kondisi apapun. Resiliensi juga berperan penting sebagai motivasi diri untuk mengurangi problem yang sedang dialami seseorang. Menurut Revich Dan Shatter, (2002) Resiliensi menciptakan dan mempertahankan sikap positif dari si penjelajah. Resiliensi memberikan rasa percaya diri untuk mengambil tanggung jawab baru dalam menjalani sebuah pekerjaan, tidak mundur dalam menghadapi seseorang yang ingin dikenal, mencari pengalaman yang akan memberi tantangan untuk mempelajari tentang diri sendiri dan berhubungan lebih dalam lagi dengan orang lain atau orang yang ada disekitar kita. Dengan resiliensi tinggi anggota Polisi Sumenep akan mengurangi beban kerja yang mengakibatkan stres kerja mereka saat berada ditempat kerja. Yang dimaksud stres kerja adalah suatu perasaan yang mengarah pada perasaan tertekan yang dialami oleh seseorang terhadap pekerjaannya. Menurut Sedangkan menurut Mangkunegara (2005) menyatakan bahwa stres kerja adalah perasaan yang menekan atau merasa tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan, Stres kerja ini dapat menimbulkan emosi tidak stabil, perasaan tidak tenang, suka menyendiri, sulit tidur, merokok berlebihan, tidak bisa rileks, cemas, tegang, gugup, tekanan darah meningkat dan mengalami gangguan pencernaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat resiliensi yang dimiliki anggota Polisi di Polres Sumenep, untuk mengetahui seberapa besar tingkat stres kerja yang dialami anggota Polisi Polres Sumenep dan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara resiliensi dengan stres kerja anggota Polisi Polres Sumenep.

Sample dalam penelitian ini berjumlah 30 personil yang terdiri dari satuan fungsi Satlantas berjumlah 6 orang, satuan fungsi Satreskrim 4 orang, satuan fungsi Satsabhara 6 orang, satuan fungsi Satbimnas 3 orang, satuan fungsi Satnarkoba 3 orang, satuan fungsi Satintel 6 orang dan provos 4 orang. Pengambilan subjek dengan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Untuk menguji validitas resiliensi dan stress kerja menggunakan *product moment* dan untuk menguji reabilitas resiliensi dan stres kerja menggunakan *Cronbach's Alpha* SPSS versi 16.

Berdasarkan hasil penelitian hasil korelasi menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variabel Resiliensi (X) dan Stres kerja

(Y). Hal ini ditunjukkan oleh besarnya nilai signifikansi 0,000 dengan  $p < 0,05$ . Nilai  $r_{tabel}$  0,361 sedangkan  $r_{hitungnya}$  0,790 dengan  $p_{tabel} < r_{hitung}$ . Kuatnya hubungan yang dihasilkan sebesar 0.790 yang berarti hubungannya sangat kuat. Ternyata yang diperoleh adalah  $r_{hitung} = 0,790 > r_{tabel} = 0,361$  pada  $N = 30$  pada taraf signifikan 5%. Dan hasil penelitian bahwa resiliensi dengan hasil tinggi sebanyak 19 responden (63,3%) dengan hasil sedang sebanyak 7 responden (23,3 %) dan dengan hasil rendah sebanyak 4 responden (13,4 %). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi responden tinggi sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh. responden yang mengalami stres kerja rendah sebanyak 25 responden (83%) dengan hasil sedang sebanyak 3 responden (10%) dan hasil tinggi sebanyak 2 responden (7%) . Hal ini di tunjukkan oleh nilai rata-rata dari hasil penelitian. Rata-rata anggota Polisi Polres Sumenep memiliki kategori tingkat resiliensi tinggi (63,3%) dan memiliki tingkat stres kerja rendah (83%). Resiliensi berhubungan dengan Stres Kerja.