

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kepolisian Republik Indonesia (POLRI) memiliki motto *Rastra Sewakotama* yang menggambarkan perannya sebagai pengabdian utama bagi tanah air dan bangsa. Fungsi utama POLRI adalah menjaga, melindungi, serta melayani masyarakat, mencakup upaya pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat, penegakan hukum, serta memberikan perlindungan, pengayoman, dan layanan kepada masyarakat (polri.go.id).

Kepolisian Republik Indonesia (POLRI) dipimpin oleh seorang Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia (Kapolri) dan setiap daerah mempunyai satuan Kepolisian Daerah (Polda). Di lingkungan Kepolisian Daerah Istimewa Yogyakarta (Polda DIY), terdapat Direktorat Samapta (Dit Samapta), yang merupakan salah satu unsur pelaksana tugas dalam struktur POLRI. Direktorat Samapta berada di bawah pimpinan Kapolda dan bertanggung jawab atas pelaksanaan berbagai kegiatan, seperti Turjawali (Pengaturan, Penjagaan, Pengawasan, dan Patroli), pengendalian massa (Dalmas), pencarian dan penyelamatan (*Search and Rescue/SAR*), serta bantuan dari satwa pelacak (K-9) (jogja.polri.go.id).

Tugas utama dari Direktorat Samapta adalah menjalankan fungsi kepolisian dalam aspek pencegahan terhadap pelanggaran hukum atau gangguan terhadap keamanan dan ketertiban masyarakat (Kamtibmas) dengan tujuan-tujuan utama

sebagai berikut: Pertama, memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat. Kedua, menghilangkan kesempatan atau peluang bagi individu yang bermaksud melanggar hukum. Ketiga, melaksanakan tindakan reaktif tahap awal untuk mengatasi situasi yang mengancam keamanan dan ketertiban masyarakat. Keempat, menjalankan penegakan hukum terbatas (Gakkumtas), termasuk contohnya dalam penindakan pelanggaran ringan dan penegakan peraturan daerah (Perda). Kelima, memanfaatkan dukungan satwa dalam operasi kepolisian. Keenam, melaksanakan pencarian dan penyelamatan (*Search and Rescue/SAR*) dalam skala terbatas (jogja.polri.go.id)

Tugas dan tanggung jawab polisi tergolong berat. Hal ini menyebabkan dalam menjalani tugas yang diemban, polisi sering kali menjalani gaya hidup yang tidak sehat. Penelitian Cloudya (2019) menunjukkan bahwa beban kerja, tekanan dan tanggung jawab polisi sering membuat polisi melakukan pola hidup tidak sehat termasuk perilaku merokok. Gusriani, Haniarti dan Hengky (2021) menyatakan pola hidup tidak sehat tersebut berkontribusi pada peningkatan risiko penyakit metabolik, seperti penumpukan lemak perut, hipertensi, resistensi insulin dan diabetes tipe 2, serta stroke.

Menurut Gusriani, Haniarti dan Hengky (2021) dalam menjalankan tugasnya sebagai anggota kepolisian, polisi menjalani gaya hidup yang tidak sehat seperti perilaku merokok yang dapat menyebabkan polisi memiliki faktor risiko terhadap penyakit hipertensi yang saat ini merupakan penyakit yang bukan hanya menurunkan produktifitas dan aktifitas tetapi juga menimbulkan kesakitan. Sejalan dengan penelitian Gusriani, Haniarti dan Hengky (2021), penelitian Basaza dkk.

(2020) bahkan menunjukkan bahwa polisi sangat rentan melakukan perilaku merokok dengan intensitas tinggi dan mengarah ke adiksi. Tugas berat dan tanggung jawab yang memicu *stresor* membuat polisi memilih melupakan sejenak dengan melakukan perilaku merokok.

Menurut Smet (1994), perilaku merokok dapat diartikan sebagai tindakan membakar dan menghisap tembakau yang dapat berkembang menjadi perilaku yang menetap dalam beberapa tahun. Sementara itu Leventhal dan Cleary (1980) mengatakan perilaku merokok adalah tindakan yang melibatkan pembakaran rokok, diikuti dengan menghisapnya dan mengeluarkan asap yang dapat dihirup oleh orang lain di sekitar.

Terdapat beberapa aspek dalam perilaku merokok menurut Smet (1994) yaitu: a). fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari; b). Tempat merokok dan c). Waktu dan Intensitas merokok.

Perilaku merokok aktif memiliki efek yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang di sekitar perokok yang tidak sengaja menghirup asap rokok (pasif). Studi oleh Kendal dan Hammen dalam Komalasari dan Helmi (2000) mengungkapkan bahwa dampak negatif ini melibatkan berbagai aspek, termasuk kesehatan dan aspek ekonomi.

Dari segi kesehatan, hasil penelitian menunjukkan bahwa zat-zat dalam rokok, terutama nikotin, tidak hanya memengaruhi organ-organ tubuh, tetapi juga memengaruhi psikologi, sistem saraf, serta fungsi otak baik pada perokok aktif maupun yang terpapar secara pasif. Pengaruh nikotin ini bahkan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, seperti proses belajar, kemampuan

ingatan, tingkat kewaspadaan, dan stabilitas emosi. Pada individu yang telah terikat dengan ketergantungan pada nikotin, ketika menghentikan konsumsi zat tersebut (*withdrawal*), perokok cenderung mengalami perasaan ketidaknyamanan seperti kecemasan, tekanan, kesulitan mengendalikan diri, mudah marah, rasa putus asa, dan bahkan depresi (Benowitz, 2009).

Selain itu, pecandu rokok juga lebih berisiko mengalami gangguan tidur, penurunan kemampuan untuk mengingat tugas-tugas sederhana, dan cenderung terlibat dalam perilaku kompulsif (Vaora, 2014). Semua ini menggambarkan bahwa dampak merokok tidak hanya terbatas pada kesehatan fisik, tetapi juga berdampak luas pada kesejahteraan psikologis dan sosial individu.

Dari segi ekonomi, merokok menyebabkan terjadinya krisis kesehatan yang memiliki dampak besar pada anggaran kesehatan pemerintah. Tingginya angka krisis kesehatan yang disebabkan oleh perilaku merokok berkontribusi pada beban biaya kesehatan yang signifikan. BPJS Kesehatan melaporkan bahwa penyakit yang disebabkan oleh rokok menghabiskan sejumlah besar dana asuransi kesehatan. Hal ini diungkapkan dalam kemkes.go.id, menunjukkan bahwa biaya akibat krisis kesehatan akibat merokok memberikan tekanan besar pada ekonomi negara.

Dampak krisis kesehatan yang dialami oleh masyarakat Indonesia akibat merokok juga berdampak negatif terhadap produktivitas tahunan. Meskipun pemerintah mengenakan pajak dan cukai pada rokok, pendapatan ini tidak mampu menutupi besarnya biaya yang timbul akibat perilaku merokok. Tidak hanya tentang pengeluaran biaya saja, tetapi juga tentang waktu yang hilang karena dampak buruk terhadap kesehatan. Situasinya semakin memprihatinkan karena

sekitar 7,8 juta perokok berasal dari kalangan masyarakat miskin, yang bahkan lebih memilih untuk menghabiskan uang mereka untuk membeli rokok daripada untuk mendapatkan makanan sehat dan bergizi. (gemapos.com).

Pada anggota kepolisian, beberapa penelitian telah menyebutkan dampak merugikan perilaku merokok. Penelitian Anwar dan Iqbal (2022) menunjukkan bahwa perilaku merokok disebut sebagai penyebab hipertensi anggota Polri. Menurut Pitoy dan Boki (2018) perilaku merokok juga menyebabkan risiko gangguan fungsi pernapasan pada polisi ketika bekerja. Penelitian Pitoy dan Boki (2018) menunjukkan bahwa dampak perilaku merokok dapat mengganggu produktivitas kerja pada polisi sehingga mengakibatkan gangguan kinerja pada anggota polisi.

Polisi yang tidak merokok cenderung memiliki kesehatan yang lebih baik. Penelitian Gusriani, Haniarti dan Hengky (2021) menghasilkan bahwa polisi yang tidak merokok memiliki tekanan darah yang lebih stabil. Individu yang tidak merokok juga dihubungkan dengan kondisi psikologis, *human capital*, produktivitas dan kinerja yang lebih baik (Amalia, 2018). Oleh karena itu, diharapkan anggota polisi mengurangi intensitas perilaku merokok yang dijalani, agar memiliki kesehatan yang baik dari segi fisik maupun mental.

Namun sayangnya, masih banyak polisi yang menjalani perilaku merokok, Penelitian yang dilakukan di Uganda mendapatkan bahwa polisi merupakan salah satu profesi dengan tingkat merokok yang tinggi bahkan berisiko 4,8 kali lebih rentan mengalami perilaku merokok daripada kalangan lain (Basaza, dkk., 2020). Penelitian lain yang di lakukan *Australian Bureau of Statistics National health*

survey tahun 2019 didapatkan lebih dari seperempat polisi di Australia yang menjalani pemeriksaan kesehatan merupakan perokok (ausstats.abs.gov.au). Penelitian Gerstenkorn, Wiecławska, dan Suwała (2009) pada polisi di Polandia mendapatkan jumlah polisi yang merupakan perokok tetap sebesar 56,9%. Penelitian Anggraeni (2016) menghasilkan sebagian besar anggota POLRI di Polres Kebumen memiliki kebiasaan merokok ringan 7 orang (7,8%), kebiasaan merokok sedang sebanyak 64 orang (71,1%), dan kebiasaan merokok berat sebanyak 19 orang (21,1%).

Data di atas didukung dengan hasil wawancara pada 4 Maret 2023 dengan 10 anggota POLRI yang mengonsumsi rokok di Satuan DIT SAMAPTA POLDA DIY, pertanyaan wawancara disusun berdasarkan aspek perilaku merokok dari Smet (1994). Hasil wawancara pada aspek fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, 8 polisi masih melakukan perilaku merokok untuk dijadikan sebagai pengisi aktivitas sehari-hari dari sekedar ingin merokok karena bosan dan memperbaiki mood sampai merokok untuk menghilangkan stres. Pada aspek Intensitas merokok, 8 dari 10 polisi mengaku melakukan perilaku merokok dari intensitas sedang sampai tinggi. Pada aspek tempat merokok, 8 dari 10 polisi merokok di berbagai tempat kecuali di Kawasan bebas rokok. Terakhir pada aspek waktu merokok, 8 dari 10 polisi merokok dengan waktu yang berbeda, namun lebih sering saat bekerja atau di tempat kerja. Dari hasil wawancara berdasarkan aspek perilaku merokok dari Smet (1994) tersebut dapat disimpulkan bahwa 8 dari 10 polisi di SAMAPTA POLDA DIY melakukan perilaku merokok.

Perilaku merokok di sebabkan oleh berbagai faktor, Chezhian, dkk., (2015) menyampaikan tiga faktor yang dapat mempengaruhi perilaku merokok yaitu, a). faktor pengaruh lingkungan sekitar, terkait faktor dimana lingkungan dan orang-orang sekitar memengaruhi keputusan seseorang untuk memulai perilaku merokok. b). Stres, terkait dengan faktor peningkatan intensitas dan frekuensi merokok yang ditimbulkan ketika stres dan c). Kesenangan, terkait faktor yang memengaruhi perilaku merokok karena kegiatan merokok itu sendiri dianggap menyenangkan oleh perokok. Dari faktor-faktor tersebut, salah satu faktor penting yang berpengaruh pada perilaku merokok polisi Dit Samapta Polda DIY adalah faktor stres. Khususnya stres yang terkait dengan pekerjaan atau biasa disebut stres kerja. Penelitian Lutfiyah (2011) menunjukkan bahwa 113 polisi Polda Metro Jaya mengalami gejala-gejala stress kerja dalam menjalankan tugasnya seperti kecemasan, ketegangan, frustrasi, mudah marah, dan kesulitan tidur. Penelitian kualitatif Hayati, Maslihah dan Musthofa (2020) juga menunjukkan bahwa dari hasil observasi dan wawancara pada empat personel polisi di Kepolisian Daerah Jawa Barat dari dua direktorat yang berbeda yaitu Direktorat Sabhara (Samapta Bhayangkara) dan Direktorat Reskrim (Reserse Kriminal Umum), memiliki gejala- gejala stres kerja seperti tegang, tertekan dan cemas.

Tugas-tugas polisi menyebabkan polisi rentan memiliki stres kerja yang tinggi karena tugasnya yang memiliki risiko serta kekhawatiran akan keselamatan dalam menjalani pekerjaannya, kompleksitas struktur kepemimpinan yang harus dijaga, jam kerja yang panjang akan mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiknya

(Gul dan Delice, 2011). Stres kerja yang tinggi tersebut memicu perilaku merokok pada anggota POLRI.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ayyagari dan Sindelar (2010) Stres yang berhubungan dengan pekerjaan dapat memengaruhi perilaku merokok karena individu yang memiliki tingkat stres yang semakin tinggi merasakan perasaan yang tidak nyaman dan cenderung mencari cara untuk mengatasi perasaan tidak nyaman tersebut dengan perilaku merokok. Rizkiani dan Widyastuti (2012) dalam penelitiannya merokok ini mempunyai kecenderungan sangat dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap fungsi dari rokok itu dan untuk keinginan individu itu sendiri mencoba merokok tanpa paksaan atau pengaruh dari lingkungan luar. Beberapa hal yang menyebabkan seseorang ingin merokok selain untuk memberikan *image* dan melepas penat, serta untuk mengurangi stres, terutama yang berhubungan dengan pekerjaan. Perokok dapat mengurangi ketegangan, memudahkan berkonsentrasi, pengalaman yang menyenangkan, dan relaksasi (Komalasari dan Helmi, 2000).

Menurut Robbins and Judge (2008), stres kerja adalah suatu reaksi yang muncul berupa fisik dan psikologis yang dipersepsikan sebagai hal yang mengancam di mana seorang individu dihadapkan dan dituntut pada suatu peluang, tuntutan atau sumber daya yang terkait dengan kondisi lingkungan, kondisi organisasi dan pada diri seseorang yang sulit dihindari karena pekerjaan melibatkan beragam tugas yang harus diselesaikan. Adapun Rivai (2004) menyatakan bahwa stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya

ketidakseimbangan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi emosi, proses berpikir serta kondisi seorang pekerja.

Terdapat tiga aspek yang berkaitan dengan gejala stres kerja menurut Robbin dan Judge (2008) yaitu berupa aspek fisik, perilaku dan psikologis. Pada aspek fisik, stres kerja bisa diidentifikasi dari sering munculnya keluhan seputar sakit kepala yang timbul ketika sedang mengerjakan tugas, dan lainnya. Pada aspek psikologis, stres kerja bisa ditunjukkan dari kecemasan, ketegangan, kebingungan, dan mudah tersinggung, rasa marah, kebosanan dan ketidakpuasan kerja, kehilangan konsentrasi dan lainnya. Pada aspek perilaku, gejala perilaku stres kerja dapat diidentifikasi dari tingkat produktivitas, kemangkiran dan perputaran karyawan. Selain juga perubahan dalam kebiasaan makan, pola merokok, konsumsi alkohol, bicara yang gagap serta kegelisahan dan ketidakteraturan waktu tidur.

Berbagai penelitian menghasilkan bahwa stres kerja memberikan pengaruh terhadap terjadinya perilaku merokok. Menurut Dewi, Lilik dan Karyanta (2013) perilaku merokok pada seseorang dipengaruhi oleh stres kerja. Seseorang yang mengalami stres kerja tinggi memiliki kecenderungan perilaku merokok yang tinggi pula. Hasil penelitian lainnya yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh Komalasari dan Helmi (2000) menyatakan ketika subyek dalam kondisi stres kerja maka perilaku yang paling banyak muncul adalah perilaku merokok.

Sitepoe dalam Aradea (2018) menjelaskan pada saat individu mengalami stres kerja yang membuat rasa cemas, perasaan tidak tenang, marah, gelisah muncul, individu tersebut mengalami emosi negatif. Ketika mengalami emosi negatif individu akan terdorong untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakannya

dengan cara merokok. Di dalam rokok terdapat nikotin yang membuat hormon dopamin keluar dan membuat perokok merasakan keadaan rileks dan merasa tenang. Nikotin tersebut juga yang membuat perokok menjadi kecanduan, sehingga ketika seseorang mengalami stres didalam pekerjaannya maka dia akan berusaha untuk merokok (Sudjadi dan Laila, 2006).

Nikotin mengikat reseptor kolinergik nikotinic, memfasilitasi pelepasan neurotransmitter. Hal ini memediasi tindakan kompleks nikotin pada perokok. Pelepasan dopamin, glutamat, dan asam gamma aminobutirat sangat berperan penting dalam proses ketergantungan nikotin, pelepasan zat-zat tersebut membuat perasaan lega dan membuat perokok adiksi mengulangi kembali. Hal ini membuat menjadi ketagihan dan berisiko menjadi perokok berat. (Benowitz, 2009). Nikotin berkontribusi terhadap kerentanan terhadap ketergantungan tembakau, kecanduan merokok berat, dan risiko kanker paru-paru. Kecanduan merokok berisiko diderita pada orang dengan penyakit mental salah satunya stres dan gangguan penyalahgunaan zat (Benowitz, 2009).

Dari pemaparan di atas peneliti tertarik untuk menyelidiki hubungan antara stres kerja dan perilaku merokok pada anggota POLRI di DIT SAMAPTA DIY. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara tingkat stres kerja dengan perilaku merokok Anggota POLRI di DIT SAMAPTA POLDA DIY?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres kerja dengan perilaku merokok pada anggota POLRI di Kesatuan DIT SAMAPTA POLDA DIY

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat diharapkan mampu menambah kontribusi positif pada ilmu psikologi, terutama pada bidang psikologi kesehatan.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini adalah sebagai rujukan referensi dalam bidang ilmu psikologi dan masukan kepada anggota POLRI untuk menyikapi stres kerja dengan lebih positif dan mengurangi perilaku merokok, mengingat dampak-dampak negatif perilaku merokok.