HUBUNGAN ANTARA STRES KERJA DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA ANGGOTA POLRI DI KESATUAN DIT

SAMAPTA POLDA DIY

***THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK-RELATED STRESS AND SMOKING BEHAVIOR AMONG INDONESIAN NATIONAL POLICE (POLRI) MEMBERS IN DIT SAMAPTA UNIT OF THE YOGYAKARTA REGIONAL POLICE (POLDA DIY)"***

# Yohanes Agung Wahyu Nugroho1, Kamsih Astuti2

12Universitas Mercu Buana Yogyakarta

12email: [18081973@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:18081973@student.mercubuana-yogya.ac.id) 088227913868

**Abstrak**

Perilaku merokok adalah tindakan tindakan yang melibatkan penghisapan tembakau yang kompleks karena melibatkan berbagai faktor, seperti aspek kognitif, lingkungan sosial, psikologis, dan kondisi fisik. 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. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan antara stress kerja dengan perilaku merokok pada anggota kesatuan DIT SAMAPTA POLDA DIY. Hipotesis yang diajukan terdapat hubungan positif antara stres kerja dan perilaku merokok pada polisi di kesatuan DIT SAMAPTA DIY. Subjek penelitian melibatkan anggota polisi aktif di kesatuan DIT SAMAPTA (*n* =101) Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala perilaku merokok dan skala stress kerja. Metode analisis menggunakan *product moment correlatiom* dari Pearson. Hasil analisis didapatkan (*rxy*)= 0,501 (p<0,05). Hal ini menunjukan bahwa hubungan antara stres kerja dan perilaku merokok sosial memiliki korelasi positif. Ditemukan koefisien determinasi yang disimbolkan dengan *R²* sebesar 0,251 hal ini membuktikan bahwa variabel stress kerja dapat memberikan pengaruh sebesar 25,1 % pada variabel perilaku merokok.

**Kata kunci:** Perilaku Merokok, Stres Kerja, Polisi

***Abstract***

*Smoking behavior is a complex action that involves the inhalation of tobacco and is influenced by various factors, such as cognitive aspects, social environment, psychological factors, and physical conditions. Job stress is a reaction that appears in both physical and psychological forms and is perceived as a threat when an individual is confronted with demands or requirements related to their work environment, organizational conditions, and personal attributes. This is often unavoidable due to the diverse tasks associated with their job. This research aims to examine the relationship between job stress and smoking behavior among members of the DIT SAMAPTA Police Unit in the DIY region. The hypothesis posits a positive correlation between job stress and smoking behavior in police officers in the DIT SAMAPTA DIY unit. The study involved active-duty police officers in the DIT SAMAPTA unit (n=101). Data collection was performed using smoking behavior and job stress scales. The analysis method used was the Pearson product-moment correlation. The analysis results revealed (rxy) = 0.501 (p<0.05), indicating a positive correlation between job stress and smoking behavior. The coefficient of determination, represented as R², was 0.251, demonstrating that the job stress variable can account for 25.1% of the variance in smoking behavior.*

***Keywords****: Smoking Behaviour, Job Stress, Police*

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

# PENDAHULUAN

Kepolisian Republik Indonesia (POLRI) dipimpin oleh seorang 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, Pengawalan, dan Patroli), pengendalian massa (Dalmas), pencarian dan penyelamatan (*Search and Rescue/SAR*), serta bantuan dari satwa pelacak (K-9) (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) menunjukan bahwa beban kerja, tekanan dan tanggung jawab polisi sering membuat polisi melakukan pola hidup tidak sehat termasuk perilaku merokok.

Menurut Gusriani, dkk (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. Penelitian Basaza (2019) bahkan menunjukan 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. Smith (2005) menyatakan bahwa dalam menjalani tugas-tugas sebagai penegak hukum menyebabkan gangguan pola tidur dan ritme sikardian dapat berkontribusi pada peningkatan pola merokok pada polisi.

Menurut Aritonang dalam Ropianda (2019), perilaku merokok dapat diartikan sebagai tindakan yang melibatkan penghisapan tembakau yang melibatkan berbagai aspek kompleks. Hal ini terbentuk melalui interaksi antara faktor kognitif, lingkungan sosial, psikologi individu, dan kondisi fisiknya. Dari segi kognitif, perokok seringkali tidak memiliki keyakinan yang kuat terhadap risiko kesehatan yang terkait dengan merokok. Perokok cenderung berpendapat bahwa merokok tidak akan merusak kesehatan jika menjalani gaya hidup yang dianggap sehat. Terdapat beberapa aspek dalam perilaku merokok menurut Aritonang dalam Ropianda (2019) yaitu: a). fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari; b). Tempat merokok dan c). Waktu dan Intensitas merokok.

Studi oleh Kendal & Hammen (1998) yang dikutip dalam Komalasari & Helmi (2000) mengungkapkan bahwa dampak negatif perilaku merokok 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. Perokok cenderung mengalami perasaan ketidaknyamanan seperti kecemasan, tekanan, kesulitan mengendalikan diri, mudah marah, rasa putus asa, dan bahkan depresi (Benowitz, 2009). Pecandu rokok juga lebih berisiko mengalami gangguan tidur, penurunan kemampuan untuk mengingat tugas-tugas sederhana, dan cenderung terlibat dalam perilaku kompulsif (Vaora, 2014).

Dari segi ekonomi, dampak krisis kesehatan yang dialami oleh masyarakat Indonesia akibat merokok juga berdampak negatif terhadap produktivitas tahunan. ([gemapos.com](https://www.gemapos.com/)). Pada anggota kepolisian, beberapa penelitian telah menyebutkan dampak merugikan perilaku merokok. Penelitian Anwar dan Iqbal (2022) menunjukan bahwa perilaku merokok disebut sebagai penyebab hipertensi anggota Polri Menurut Pitoy (2019) perilaku merokok juga menyebabkan resiko gangguan fungsi pernapasan pada polisi ketika bekerja. Penelitian Pitoy (2019) menunjukan bahwa dampak perilaku merokok dapat menganggu produktivitas kerja pada polisi sehingga mengakibatkan gangguan kinerja pada anggota polisi.

Polisi yang tidak merokok cenderung memiliki kesehatan yang lebih baik. Penelitian Gusriani (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 (Mashita, 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 beresiko 4,8 kali lebih rentan mengalami perilaku merokok daripada kalangan lain (Basaza, 2020). Penelitian lain yang di lakukan di Australia didapatkan lebih dari seperempat polisi di Australia yang menjalani pemeriksaan kesehatan merupakan perokok (*Australian Bureau of Statistics National health survey*, 2019). Penelitian Gerstenkorn (2009) pada polisi di Polandia mendapatkan jumlah polisi yang merupakan perokok tetap sebesar 56,9%.

3

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

Penelitian Anggraeni (2015) 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 Aritonang dalam Ropianda (2019). Dari hasil wawancara berdasarkan aspek perilaku merokok dari Aritonang dalam Ropianda (2019) tersebut dapat disimpulkan bahwa 8 dari 10 polisi di SAMAPTA POLDA DIY melakukan perilaku merokok.

Perilaku merokok di sebabkan oleh berbagai faktor. Chezian, 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 berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti di atas, 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.

Tugas-tugas polisi menyebabkan polisi rentan memiliki stres kerja yang tinggi karena tugasnya yang memiliki resiko serta kekhawatiran akan keselamatan dalam menjalani pekerjaannya, kompleksitas struktur kepemimpinan yang harus dijaga, jam kerja yang panjang akan mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiknya (Zakir & Murat, 2011). Stres kerja yang tinggi tersebut memicu perilaku merokok pada anggota POLRI.

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. 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 diidentifikasikan 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 dkk (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 & Laila, 2006).

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? Tujuan dilakukan penelitian ini adalah menyelidiki hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa usia *emerging adult.* Tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres kerja dengan perilaku merokok pada anggota POLRI di Kesatuan DIT SAMAPTA POLDA DIY.

Hipotesis yang diajukan terdapat hubungan positif antara stres kerja dengan perilaku merokok pada hipotesis penelitian ini. Semakin tinggi stres kerja maka diikuti semakin tingginya perilaku merokok, dengan demikian juga sebaliknya, semakin rendah

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

stres kerja maka semakin rendah juga perilaku merokok pada Anggota POLRI DITSAMPTA DIY

# METODE

Penelitian ini menyelidiki hubungan antara variabel tergantung yaitu perilaku merokok dan variabel bebas yaitu stres kerja. Perilaku merokok diukur menggunakan skala perilaku merokok yang disusun Oleh Waseso (2020) yang berisi 15 item favourable berdasarkan aspek perilaku merokok dari Aritonang dalam Waseso (2020). Sedangkan skala stres kerja menggunakan skala stres kerja yang disusun oleh Saputra (2017) berdasarkan aspek stress kerja Robbin dan Judge (2008). Terdapat 20 item favourable pada skala stres kerja.

Sebelum digunakan sebagai skala penelitian skala perilaku merokok dan skala stress kerja di uji cobakan setelah mendapatkan professional judgment pada n=56 anggota Dit Samapta Polda DIY dengan kriteria usia minimal 18 tahun dan perokok aktif pada tanggal 05 Oktober sampai dengan 6 Oktober 2023. Hasil dari uji coba terdapat satu item gugur pada skala perilaku merokok gugur yaitu item 8. Sehingga tersisa 14 item dengan favourable pada skala perilaku merokok, sedangkan pada skala stres kerja tidak terdapat item gugur. Setelah item digugurkan, skala digunakan sebagai penelitian pada subjek berjumlah 101 (n=101) dengan kriteria anggota Dit Samapta Polda DIY dan rentang usia 18-58 tahun (rentang usia aktif polisi) pada tanggal 8 Oktober sampai dengan 11 Oktober 2023. Selanjutnya hasil data penelitian dianalisis secara deskriptif, data juga dikategorisasi ke dalam beberapa tingkatan yaitu perokok berat, sedang dan ringan di, yaitu perokok 1-4 batang masuk kategori ringan menghasilkan 42 subjek, perokok 5-14 batang masuk kategori sedang menghasilkan 48 subjek, dan 15-20 kategori perokok berat menghasilkan 11 subjek.

Sedangkan pada kategorisasi stress kerja subjek dengan stress kerja tinggi berjumlah 17 orang, subjek pada kategorisasi sedang sejumlah 63 orang dan subjek dengan kategorisasi rendah berjumlah 21 orang. Setelah itu dilakukan uji prasyarat seperti uji normalitas dan uji linearitas, kemudian uji hipotesis dengan metode korelasi *product moment* dari pearson untuk menemukan korelasi dari kedua variabel (Chee, 2015). Selain itu juga dianalisis sumbangan efektif stres kerja terhadap perilaku merokok dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar stress kerja berpengaruh terhadap perilaku merokok pada anggota Dit Samapta Polda DIY.

# HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis terhadap data penelitian diperoleh deskripsi statistik pada masing-masing variabel. Pada skala perilaku merokok, data hipotetik yang diperoleh yaitu, skor minimum sebanyak 14, skor maksimum 56, rata-rata 35 dan standar deviasi 7. Sedangkan untuk data empirik, skor minimum sebanyak 14, maksimum 52, rata-rata 33,9 dan standar deviasi 9,13. Pada skala stres kerja, data hipotetik yang diperoleh yaitu, skor minimum sebanyak 20, skor maksimum 80, rata-rata 50 dan standar deviasi 10. Sedangkan untuk data empirik, skor minimum sebanyak 22, maksimum 74, rata-rata 50,1 dan standar deviasi 12,4.

Data deskriptif yang telah dijabarkan sebelumnya, dapat dijadikan sebagai dasar dalam melakukan kategorisasi skor terhadap variabel perilaku merokok dan stres kerja. Pada kategorisasi pada skala perilaku merokok perokok 1-4 batang masuk kategori ringan menghasilkan 42 subjek, perokok 5-14 batang masuk kategori sedang menghasilkan 48 subjek, dan 15-20 kategori perokok berat menghasilkan 11 subjek. Sedangkan pada kategorisasi stress kerja subjek dengan stres kerja tinggi berjumlah 17 orang, subjek pada kategorisasi sedang sejumlah 63 orang dan subjek dengan kategorisasi rendah berjumlah 21 orang.

Selanjutnya hasil dari uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji linearitas. Penelitian ini melakukan uji normalitas menggunakan Teknik *saphiro wilk*. Setelah dilakukan uji normalitas menggunakan software Jamovi, maka diperoleh hasil bahwa, pada variabel perilaku merokok mempunyai signifikasi yaitu p 0,065 (p > 0,05) Sedangkan pada variabel stress kerja nilai signifikasi senilai p 0,052 (p > 0,05) hasil tersebut menunjukan variabel perilaku merokok dan variabel stres kerja terdistribusi normal. Koefisien > 0,05 menunjukan distribusi normal (Wayan, 2020). Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai F = 33,1 dengan p < 0,001 dari hasil tersebut variabel dukungan sosial dan variabel kecemasan memiliki hubungan yang linier. Dikatakan linier karena signifikasi p< 0,050 (Wayan, 2020).

Pada penelitian ini, temuan yang dihasilkan berdasarkan analisis korelasi *product moment* menghasilkan koefisien korelasi sebesar (rxy) = (-0,501) (p <0,001). Dengan demikian, berdasarkan pernyataan tersebut, hasil analisis menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel stres kerja dengan perilaku merokok. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Beberapa penelitian sebelumnya mengenai korelasi antara stres kerja dengan perilaku merokok telah mencapai hipotesis yang serupa dengan hasil penelitian ini. Sebagai contoh, pada penelitian Basaza (2019) menunjukan bahwa

7

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

stres kerja yang dialami polisi karena tugas berat dan tanggung jawab sebagai anggota polisi, membuat polisi rentan melakukan perilaku merokok dengan intensitas tinggi bahkan mengarah ke adiksi merokok. Hal ini dikarenakan ketika mengalami stres kerja polisi memilih melupakan sejenak dengan melakukan perilaku merokok. Sehingga semakin tinggi stress kerja pada polisi maka akan semakin tinggi juga perilaku merokok yang dimiliki.

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. Stres kerja memiliki beberapa aspek yaitu a). Fisiologis, b). Psikologis, dan c). Perilaku (Robbin dan Judge, 2008). Dinamika setiap aspek stress kerja dengan perilaku merokok yang terjadi pada anggota DIT SAMAPTA POLDA DIY dijelaskan sebagai berikut ini

Pada aspek fisiologis reaksi-reaksi stres yang terjadi di ranah fisik memicu seorang perokok melakukan aktifitas merokok untuk memunculkan keluarnya dopamine sebagai sarana relaksasi untuk mengatasi reaksi stres yang muncul pada fisik dan kembali rileks. Namun hal ini dapat menimbulkan perilaku merokok yang meningkat bahkan ketagihan merokok. Sehingga semakin tinggi stres kerja yang muncul dan bereaksi di ranah fisiologis maka individu akan semakin meningkatkan perilaku merokok untuk mengatasi reaksi stress yang muncul (Aradea, 2018).

Dalam kaitan kondisi psikologis dengan perilaku merokok, ketika perokok mengalami masalah di ranah psikologis. Perokok menjadikan perilaku merokok sebagai usaha untuk mengurangi rasa tegang dan cemas. Perilaku merokok dianggap sebagai strategi meredakan ketegangan, memudahkan berkonsentrasi, sebagai pengalaman yang menyenangkan, dan menghilangkan kebosanan ketika seseorang mengalami masalah psikologis (Komalasari dan Helmi, 2000). Biasanya perokok akan merasa jenuh dan kesepian ketika tidak merokok karena aktivitas merokok telah dianggap sebagai teman di saat kesepian maupun merasa bosan (Reskiadin dan Supriyati, 2021). Konsumsi rokok ketika stres merupakan usaha mengatasi masalah yang bersifat psikologis atau sebagai kompensasi kecemasan yang dialami oleh perokok, sehingga perokok akan tetap mempertahankan perilaku merokok ketika stres. Hal ini menyebabkan semakin banyak stres yang muncul dan membuat cemas atau masalah psikologis, maka akan semakin tinggi peningkatan perilaku merokok yang terjadi (Almaidah, 2021).

8

Menurut penelitian Defie dan Porbosari (2018) ditemukan bahwa semakin tinggi stres pada seseorang maka jumlah batang rokok yang dihisap akan semakin tinggi.

Menurut Robbin dan Judge (2008) terkait aspek perilaku, stres dapat membuat seseorang mengalami perubahan perilaku, termasuk peningkatan perilaku merokok. Individu menjadikan perilaku merokok sebagai kegiatan *coping* dalam upaya mengatasi stres yang muncul. Pamukthi (2016) menunjukan individu yang tidak dapat menyesuaikan diri terhadap tekanan psikologis atau stres dengan baik cenderung mencari pelampiasan perilaku kearah yang negatif, seperti melakukan perilaku merokok, minuman beralkohol, narkoba dan sebagainnya. Dengan demikian terkait stres dalam ranah perilaku dan kaitannya dengan perilaku merokok, stres dapat memicu munculnya perubahan perilaku kea rah negatif seperti perilaku merokok. Semakin banyak paparan stres yang dialami maka perubahan perilaku seperti peningkatan intensitas merokok dapat terjadi.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni (2016) menunjukan bahwa pekerjaan polisi sering menyebabkan tingkat stres pada polisi meningkat. Stres kerja yang meningkat dapat mendorong polisi untuk melakukan perilaku merokok. Hal tersebut berdampak pada peningkatan prevalensi perilaku merokok pada polisi. Dengan kata lain, polisi yang mengalami tingkat stres kerja yang tinggi cenderung memiliki tingkat perilaku merokok yang lebih tinggi dibandingkan dengan polisi yang memiliki tingkat stres kerja yang lebih rendah. Sedangkan pada penelitian Gerson, Lin dan Li (2002) menemukan bahwa pekerjaan yang berkaitan dengan kepolisian memiliki beban kerja dan jam kerja yang tinggi hal tersebut sering menyebabkan polisi mengalami stress, sayangnya banyak polisi memilih gaya hidup yang tidak sehat dalam mengatasi stres kerja tersebut, salah satunya dengan menjalani perilaku merokok dengan intensitas yang meningkat.

Sejalan dengan pernyataan Ayyagari (2010), penelitian Bazaza (2019) pada 349

anggota polisi, menghasilkan *stres kerja* merupakan faktor yang memengaruhi terjadinya perilaku merokok pada anggota polisi. Hal ini terjadi karena ketika polisi merokok, polisi merasakan stres yang dialami dapat berkurang dan memperoleh perasaan lega dari aktivitas merokok, hal ini menyebabkan kondisi yang berulang, yaitu ketika stres kerja muncul maka perilaku merokok juga akan muncul. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dan temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya secara konsisten mendukung hipotesis bahwa stres kerja memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan perilaku merokok. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian Ayyagari (2010) bahwa stres kerja dapat menjadi alasan utama bagi seseorang untuk melakukan perilaku merokok yang berkelanjutan.

9

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

Dari pembahasan di atas, stres kerja sebagai sebagai suatu faktor yang memberikan pengaruh terhadap terjadinya perilaku merokok perlu mendapatkan perhatian khusus. Karena stres kerja dan perilaku merokok menyebabkan kondisi yang kompleks. Menurut penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, semakin berat tingkat stres, maka semakin banyak jumlah batang rokok yang dihisap, sedangkan bila berhenti merokok maka kejadian stres akan bertambah. Hal ini yang menyebabkan perokok jika mengalami stres lebih sulit untuk berhenti merokok (Notoatmodjo, 2007).

Berdasarkan analisis dan pembahasan pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa stres kerja memiliki hubungan dengan korelasi positif dengan perilaku merokok pada anggota DIT SAMAPTA POLDA DIY. Stres kerja memberikan sumbangan efektif kepada perilaku merokok dengan koefisien determinasi R² 0,251 atau sebesar 25,1 %. Hasil analisis tersebut mengartikan bahwa stres kerja berpengaruh terhadap perilaku merokok dengan sumbangan pengaruh senilai 25,1 %, 74,9 % dipengaruhi oleh faktor lainnya. Faktor tersebut bisa berupa faktor pengaruh lingkungan sekitar dan faktor kesenangan (Chezian, dkk., 2015).

# KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang positif antara stres kerja dengan perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA POLDA DIY. Hasil tersebut menunjukan bahwa stres kerja yang semakin tinggi pula perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA DIY. Sebaliknya, semakin rendah stres kerja maka perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA DIY juga akan semakin rendah. Dalam penelitian ini berdasarkan koefisien determinasi ditemukan bahwa stres kerja memberikan pengaruh terhadap perilaku merokok sebanyak 25,1 % sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti faktor pengaruh lingkungan dan faktor kesenangan (Chezian, 2015). Kategorisasi dalam variabel perilaku merokok menunjukan sebagian besar anggota polisi DIT SAMAPTA berada pada kategori perilaku merokok sedang. Sedangkan kategorisasi pada variabel stres kerja menunjukan sebagian besar anggota polisi DIT SAMAPTA juga berada di kategori stres kerja dalam kategori sedang.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa stres kerja berkorelasi positif dengan terjadinya perilaku merokok pada anggota polisi DIT SAMAPTA POLDA DIY. Artinya terjadinya perilaku merokok di lingkungan anggota polisi

DIT SAMAPTA POLDA DIY dipengaruhi oleh stres kerja. Oleh karena itu polisi disarankan agar menjaga kondisi stres kerja yang dialami atau ketika mengalami stres kerja disarankan polisi mengatasi stres tersebut dengan kegiatan yang lebih positif. Berdasarkan observasi peneliti, masih terdapat anggota polisi di DIT SAMAPTA yang merokok di kawasan anti merokok di lingkungan POLDA DIY, karena itu dianjurkan anggota polisi DIT SAMAPTA POLDA DIY mematuhi peraturan tersebut dan merokok pada tempat yang dikhususkan untuk merokok agar tidak menganggu kenyamanan anggota polisi lain yang tidak merokok. Pada anggota DIT SAMAPTA POLDA DIY yang memiliki tingkat merokok berat disarankan untuk mengurangi intensitas merokok. Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan terkait penelitian stress dengan perilaku merokok pada polisi. Penelitian selanjutnya dapat meneliti pada unit lain di kepolisian selain DIT SAMAPTA. Pada penelitian ini sumbangan efektif stres kerja terhadap perilaku merokok sebesar 25,1 %, peneliti selanjutnya dapat menggali faktor- faktor perilaku merokok di luar stres kerja sebesar 74,9 % yang berpengaruh terhadap perilaku merokok pada polisi. Sehingga faktor-faktor penyebab perilaku merokok dapat diketahui dan dipelajari.

# DAFTAR PUSTAKA

Almaidah, F., & Khairunnisa, S. (2021). Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok . Jurnal Farmasi Komunitas: 2021

Anggraeni. Cahya Puji. (2016). *Pengaruh Stres Kerja terhadap Perilaku Merokok pada Anggota POLRI di POLRES Kebumen.* Skripsi thesis, STIKES Bethesda Yakkum.

Anwar, Chairunisa dan Iqbal, Chairul. (2022). *Derterminan Kejadian Hipertensi pada Anggota Polisi di Polres Aceh Utara*. Jurnal Teknologi Kesehetan dan Pengobatan. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/issue/view/143>

Australian Bureau of Statistics *National health survey, first results: Australia 2014-*

*15.* [http://www.ausstats.abs.gov.au/Ausstats/subscriber.nsf/0/CDA852A349B4CEE6CA2](http://www.ausstats.abs.gov.au/Ausstats/subscriber.nsf/0/CDA852A349B4CEE6CA257F150009FC53/%24File/national%20health%20survey%20first%20results%2C%202014-15.pdf) [57F150009FC53/$File/national%20health%20survey%20first%20results,%202014](http://www.ausstats.abs.gov.au/Ausstats/subscriber.nsf/0/CDA852A349B4CEE6CA257F150009FC53/%24File/national%20health%20survey%20first%20results%2C%202014-15.pdf)

[-15.pdf](http://www.ausstats.abs.gov.au/Ausstats/subscriber.nsf/0/CDA852A349B4CEE6CA257F150009FC53/%24File/national%20health%20survey%20first%20results%2C%202014-15.pdf). Accessed May 31, 2019.

Ayyagari P, Sindelar JL. The Impact of Job Stress on Smoking and Quitting: Evidence from the HRS. B E J Econom Anal Policy. 2010 Jan 1;10(1):art27. doi: 10.2202/1935-1682.2259. PMID: 21625286; PMCID: PMC3103224.

Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Merokok

Basaza R, Kukunda MM, Otieno E, Kyasiimire E, Lukwata H, Haddock CK. (2020). Factors influencing cigarette smoking among police and costs of an officer smoking in the workplace at Nsambya Barracks, Uganda. Tob Prev Cessat. Jan 20;6:5. doi: 10.18332/tpc/115031. PMID: 32548342; PMCID: PMC7291889.

Benowitz, NL. (2009). *Pharmacology of nicotine: addiction, smoking-induced disease, and therapeutics*. Annu rev pharmacol toxicol. 49:57-71.

Chee, J. D., & Chee, J. (2015). *Pearson’s Product-Moment Correlation: Sample Analysis Principal Investigator: Point-of-Care Technology Adoption Project View project 2016 Queen’s Health System Educational Priorities Survey View project*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.1856.2726>

Chezhian C, Murthy S, Prasad S, Kasav JB, Mohan SK, Sharma S, Singh AK, Joshi A.(2015) *Exploring Factors that Influence Smoking Initiation and Cessation among Current Smokers*. J Clin Diagn Res. 2015 May;9(5):LC08-12. doi: 10.7860/JCDR/2015/12047.5917. Epub 2015 May 1. PMID: 26155500; PMCID: PMC4484092.

Cloudya, A.S. (2019). Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Derajat Merokok pada Polisi di Kepolisian Daerah Sumatra Barat. Skripsi. Universitas Andalas

Defie, R., & Probosari, E. (2018). Hubungan tingkat Stres, Perilaku Merokok dan Asupan Energi pada Mahasiswa. *JKD*, *7*(2), 507–526.

Dewi, S. P., Lilik, S., & Karyanta, N. A. (n.d.). *Perbedaan Perilaku Merokok Ditinjau dari Tingkat Stres pada Wanita Dewasa Awal di Yogyakarta Differences Of Smoking Behavior Viewed From Level Of Stress in Early Adult Women in Yogyakarta*.

Dit SAMAPTA. <https://www.jogja.polri.go.id/polda/satker/dit-samapta.html>diakses pada 15 Agustus 2023. Pukul 14: 02 W.I.B

Gershon, R. R., Lin, S., & Li, X. (2002). Work stress in aging police officers. Journal of occupational and environmental medicine, 44(2), 160–167. <https://doi.org/10.1097/00043764-200202000-00011>

Gerstenkorn A, Wiecławska I, Suwała M. (2009). *Wiedza funkcjonariuszy policji o zdrowotnych skutkach palenia tytoniu [The police officers' knowledge about the health consequences of smoking tobacco*]. Przegl Lek. 2009;66(10):791-5. Polish. PMID: 20301938.

Gusriani, dkk. *Pengaruh Risiko Kejadian Hipertensi Pada Anggota Polisi Di Polres Parepare.* Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan, 2021, 4.(1)

Intan, Rastra Pawestri (2022) *HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DENGAN STATUS PENYAKIT PERIODONTAL REMAJA DI SMK NEGERI JUMO KABUPATEN*

*TEMANGGUNG.* Skripsi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Komasari, D., & Fadilla Helmi, A. (2000). *Faktor-faktor Penyebab Merokok pada Remaja.* (Issue 1). UGM

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Pamukhti, B.D ,Bagas and Irdawati,, S.Kep.,Ns.,M.Si.Med (2016) *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.* Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Ropianda. (2019). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa SMP Negeri 3 Susoh di Aceh Barat Daya.* Skripsi thesis, UIN AR-RANIRY.

Saputra, R.A. (2017). *Hubungan Stres Kerja dan Beban Kerja pada Polisi Intelijen Keamanan*. Skripsi. Universitas Islam Indonesia

Sudjadi, Bagod dan Laila, S (2006), Biologi Sains dalam Kehidupan,SMA kelas. XA, Jakarta:Yudistira

Topper, E. F. (2007). Stress in the library workplace. New Library World, (11/12), 561-

564. University of Melbourne.

Vaora, M. (2014). *Hubungan kebiasaan merokok remaja dengan gangguan pola tidur*.

Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau.

Violanti JM, Burchfiel CM, Hartley TA, Mnatsakanova A, Fekedulegn D, Andrew ME, Vila BJ. (2009). Atypical work hours and metabolic syndrome among police officers. *Arch Environ Occup Health*, 64(3), 194–201. doi: 10.1080/19338240903241259

Waseso, Aldhiyunfikar Purbo (2020). *Hubungan Antara Stres Akademik Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok*. Thesis. Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Wayan Widana, I., & Putu Lia Muliani, Mp. (2020). *UJI PERSYARATAN ANALISIS*. Bandung: Klik Media.

Zakir & Murat. (2011). *Police job stress dan stress reduction/ coping programs: The effect on the relationship with spouses*. Turkish Journal of Police Studies. 13 (3), 19 – 38.