

## Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Pada Anggota Pemadam Kebakaran Di Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang

**Kamilatul Fitroh**

Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang  
kamilafitroh13@gmail.com

**Hetti Rahmawati**

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang  
hetti.rahmawati.fppi@um.ac.id

**Diantini Ida Viatric**

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang  
diantini.ida.fppi@um.ac.id

### Abstrak

Stres merupakan suatu keadaan tertekan baik secara fisiologis maupun psikologis akibat adanya ancaman atau beban yang melebihi kemampuan diri. Stres dapat terjadi kepada siapapun yang memiliki tuntutan hidup yang melebihi kapasitas diri. Profesi pasukan pemadam kebakaran termasuk dalam pekerjaan dengan risiko yang rawan menyebabkan terjadinya stres. Salah satu cara untuk mengurangi dampak stres atau yang dikenal dengan istilah koping stres adalah dukungan sosial keluarga. Dukungan sosial keluarga dapat diartikan sebagai bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada seseorang yang merupakan anggota keluarga baik berupa materi maupun moril yang bersifat mendukung. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial keluarga yang diberikan maka akan semakin mengurangi dampak stres yang dialami oleh seseorang, begitu pula sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres pada pasukan pemadam kebakaran di Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling*, sehingga keseluruhan anggota pasukan pemadam kebakaran yang berjumlah 40 orang menjadi sampel dalam penelitian ini. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial keluarga dan skala stres. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang negatif antara dukungan sosial keluarga dengan stres dengan nilai signifikansi 0,000 (-0,123). Sehingga dapat dijelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka akan semakin rendah stres yang akan dialami pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan stres pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang.

**Kata kunci:** Dukungan sosial keluarga, Stres, dan Pemadam Kebakaran

### Abstract

Stress is a stressed state both physiologically and psychologically due to a threat or burden that exceeds one's ability. Stress can occur to anyone who has a life claim that exceeds one's capacity. Firefighting professions are included in jobs at risk that are prone to causing stress. One way to reduce the impact of stress or what is known as stress coping is family social support. Family social support can be interpreted as assistance provided by the family to someone who is a member of the family in the form of material and moral support. The higher the level of family social support given food will further reduce the impact of stress experienced by someone, and vice versa. This study aims to determine the relationship between family social support and stress on firefighters in the Integrated Service Unit of Malang City Fire Department. This research is a quantitative research with descriptive and correlational methods. The population in this study was the fire fighting unit of the Integrated Service Unit of the City of Malang Fire by using a nonprobability sampling technique, so that all 40 firefighters were sampled in this study. The instrument used in this study was the scale of family social support and stress scale. The results of this study indicate a negative relationship between family social support and stress with a significance value of 0,000 (-0,123). So that it can be explained that the higher the family's social support, the lower the stress that will be experienced by firefighters in the Integrated Service Unit of the Malang City Fire Department. The conclusion of this study is that there is a relationship

between family social support and the stress of firefighters in the Integrated Service Unit of Malang City Fire Department.

**Keywords:** Family Social Support, Stress, and Fire Fighter.

Bekerja pada lembaga layanan darurat seperti anggota pemadam kebakaran memiliki kemungkinan mengalami peningkatan risiko gejala stres *pasca* trauma karena insiden yang terjadi di tempat kerja (McFarlane & Bryant, 2007). Pekerjaan memadamkan api dalam sebuah peristiwa kebakaran merupakan sebuah pekerjaan dengan risiko kecelakaan yang tinggi jika tidak dikerjakan secara hati-hati. Risiko yang paling mungkin terjadi adalah terbakar api yang akan dipadamkan. Pasukan pemadam kebakaran harus selalu siap sedia untuk dipanggil kapanpun jika terjadi kebakaran. Pasukan pemadam kebakaran dituntut untuk selalu fokus dalam menjalankan tugasnya untuk menghindari risiko terjadinya kecelakaan. Petugas pemadam kebakaran tidak hanya bertugas untuk memadamkan api saat terjadi peristiwa kebakaran. Berdasarkan Surat Keputusan Gubernur Provinsi DKI Jakarta No. 96 Tahun 2009, petugas pemadam kebakaran yang tergabung dalam organisasi DPK-PB (Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana) memiliki tiga tugas pokok. Tugas pokok DPK-PB antara lain: (1) Pencegahan Kebakaran, (2) Pemadaman Kebakaran, (3) Penyelamatan Jiwa dan ancaman kebakaran dan bencana lain. Selain itu, terdapat risiko post traumatik stres yang berbeda bergantung pada pekerjaannya, pemadam kebakaran memiliki peningkatan risiko post traumatik stres yang berkaitan dengan tugas-tugasnya (Perrin et al., 2007).

Kota Malang memiliki kepadatan penduduk dan pemukiman yang cukup tinggi sehingga risiko terjadinya kebakaran juga cukup tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan staf TU UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang, dalam kurun waktu dua bulan pada tahun 2018 (Januari-Februari) telah terjadi peristiwa kebakaran sebanyak 10 kali. Hal ini menjadi sebuah *stressor* tersendiri bagi petugas kebakaran yang tergabung dalam formasi pasukan pemadam kebakaran. *Stressor* merupakan sesuatu hal yang menimbulkan stres. Stres merupakan suatu keadaan yang mengarahkan seseorang untuk memahami perbedaan antara tuntutan fisik atau psikologis dalam suatu situasi dengan sumber daya yang dimiliki baik biologis, psikologis maupun sistem sosial seseorang (Lazarus & Folkman, 1984b; Lovallo, 2005;

Trumbull & Appley, 1986; dalam Sarafino, 2008). Stres akan berdampak bahaya bagi tubuh apabila terjadi secara terus-menerus dan dalam waktu jangka panjang (McEwen, 1998 dalam Wade & Tavis, 2007). Terdapat dua jenis stres yaitu *eustress* atau stres yang positif dan *distress* atau stres yang negatif. Hingga sejauh ini peneliti belum mendapatkan data mengenai bagaimana stres yang dialami oleh petugas pasukan pemadam kebakaran UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang. Penelitian mengenai stres pada anggota pemadam kebakaran belum banyak dilakukan di Kota Malang.

Stres dapat diatasi atau setidaknya dikurangi dengan melakukan strategi koping stres. Dukungan sosial merupakan strategi koping penting yang dimiliki seseorang saat mengalami stres (Wulandari, dkk., 2016). Sarason (1990 dalam Estiane, 2015) menyatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh individu berasal dari lingkungan keluarga dan teman sebaya. Keluarga adalah relasi yang terjalin antara individu yang menentukan komponen –komponennya (Poegoeh & Hamidah, 2016). Keluarga merupakan institusi sosial pertama dan utama dalam kehidupan (Sullivan, 2015). Dukungan sosial keluarga sangat diperlukan bagi pekerja dengan risiko yang tinggi dan pemadam kebakaran termasuk dalam kategori pekerjaan yang memiliki risiko tinggi.

Penelitian mengenai stres dan koping stres yang salah satunya adalah dukungan sosial pada pemadam kebakaran telah dilakukan di Australia pada tahun 2010 oleh Michael J. A. Chamberlin dan Heather J. Green, penelitian dilakukan kepada rekrutmen, pemadam yang sedang bertugas, dan pemadam yang pernah mengalami kecelakaan kerja, hasilnya adalah bahwa pekerjaan di luar ruangan berkontribusi pada penyebab stres petugas pemadam kebakaran. Penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dan tingkat stres pemadam kebakaran belum banyak dilakukan terutama di kota Malang, sampai sejauh ini peneliti belum menemukannya. Penelitian yang pernah dilakukan di UPT Pemadam Kebakaran kota Malang adalah mengenai pengaruh program keselamatan kesehatan kerja terhadap kinerja pasukan di UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang oleh Iza Kurniliasari pada tahun 2015.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu staf TU UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang, Kota Malang merupakan kota dengan risiko peristiwa kebakaran yang tinggi. Setiap bulan kurang lebih 5 peristiwa kebakaran terjadi di kota Malang. Sebanyak 65 peristiwa kebakaran telah terjadi selama kurun waktu setahun pada tahun 2017. Banyaknya peristiwa kebakaran yang terjadi berbanding lurus dengan tuntutan yang harus dipenuhi oleh petugas untuk selalu fokus dan siap sedia dalam menjalankan tugasnya. Jumlah pasukan UPT Pemadam Kebakaran kota Malang dalam satu *shift* yang hanya berisi 13 orang menuntut pasukan lain yang sedang tidak berjaga untuk selalu siaga kapan saja jika terjadi kebakaran.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif korelasional* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Peneliti hanya mengamati bagaimana hubungan dukungan sosial keluarga terhadap tingkat stres, tanpa memberikan intervensi pada stres itu sendiri. Jika didasarkan pada sumber diperolehnya data termasuk kedalam jenis penelitian kuantitatif primer, karena data yang diperoleh dikumpulkan, dihitung dan diolah sendiri oleh peneliti. Variabel-variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu variabel bebas (x) dan variabel terikat (y), variabel bebas (x) dalam hal ini adalah dukungan sosial keluarga, serta variabel terikatnya (y) adalah tingkat stres pasukan pemadam kebakaran. Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat bagaimana hubungan dukungan sosial keluarga terhadap tingkat stres pasukan pemadam kebakaran di UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasukan pemadam kebakaran UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang dengan jumlah 40 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah teknik *Nonprobability sampling*. Seluruh populasi pasukan pemadam kebakaran UPT Pemadam Kebakaran Kota Malang yang berjumlah 40 orang akan menjadi sampel dalam penelitian ini. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket yang disusun menggunakan skala *Likert*. Angket berisi pernyataan-pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Pilihan jawaban tersebut yang nantinya akan dimasukkan kedalam proses skoring. Pilihan jawaban tersebut adalah STS (Sangat Tidak Setuju) - TS (Tidak Setuju) - S (Setuju) - SS (Sangat

Setuju), dengan penilaian 1-2-3-4 untuk pernyataan yang *favourable* dan 4-3-2-1 untuk pernyataan yang *unfavourable*. Pengumpulan data dilakukan ketika aitem penskalaan telah dinyatakan valid dan reliabel. Selain menggunakan angket, peneliti juga menggunakan pengukuran tensi darah dan pengukuran detak jantung sebagai acuan stres secara fisiologis. Salah satu indikator stres secara fisiologis adalah adanya hipertensi.

Peneliti menggunakan validitas yang diestimasi dengan cara menguji isi dari aitem instrumen melalui *professional judgement*. Uji validitas konstruk instrumen penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis faktor. Analisis faktor yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis faktor konfirmatori. CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) merupakan analisis faktor yang penggunaannya dimaksudkan untuk menguji konsep hipotesis, konstruk, teori, dan variabel laten yang mana tidak secara langsung dapat diukur dan diobservasi (Kusnendi, 2008). Tujuan utamanya adalah untuk melakukan pengkonfirmasi atau uji model yang dirumuskan berdasarkan teori yang sudah ada. Setelah diketahui aitem yang telah lolos uji validitas, kemudian dilakukan uji reliabilitas. Koefisien reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan formula *Cronbach Alpha* dengan bantuan aplikasi SPSS 21.

Data yang telah lolos uji validitas dan reliabilitas kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis *Korelasi Product Moment* dari Pearson. Analisis ini dilakukan karena penelitian ini terdiri atas satu variabel terikat dan satu variabel bebas. Penghitungan analisis menggunakan aplikasi komputer *SPSS*. Hasil perhitungan tersebut sekaligus digunakan untuk menjawab hipotesis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil deskripsi menunjukkan tingkat dukungan sosial keluarga dan stres kedua-duanya berada pada kategori sedang. Data penelitian pada variabel dukungan sosial keluarga dan stres memiliki sebaran data yang normal. Hasil tersebut dapat diketahui dari perhitungan uji normalitas pada variabel dukungan sosial keluarga memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,287 ( $p > 0,05$ ). Sedangkan uji normalitas pada variabel stres mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,518 ( $p > 0,05$ ). Sehingga keseluruhan variabel memperoleh nilai  $p > 0,05$  dan data berdistribusi normal yang

berarti sampel dari penelitian ini dapat mewakili populasi.

Sebaran data variabel dukungan sosial keluarga dan stres memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel dukungan sosial keluarga dengan variabel stres. Berdasarkan hasil perhitungan uji hipotesis variabel dukungan sosial keluarga dengan variabel stres menunjukkan nilai  $r$  sebesar -0,123 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Nilai korelasi yang dimiliki oleh penelitian ini adalah negatif, sehingga dapat diartikan apabila dukungan sosial keluarga tinggi maka stres akan menjadi rendah, sebaliknya apabila dukungan sosial keluarga rendah maka stres akan menjadi tinggi.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada subjek didapatkan bahwa sebagian besar pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang memiliki tingkat dukungan sosial keluarga dengan kategori sedang. Sedangkan sisanya memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang tinggi, dan terdapat beberapa pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang rendah. Hal tersebut didapatkan berdasarkan hasil pengukuran menggunakan skala dukungan sosial keluarga yang dikembangkan dengan menggunakan teori dari House & Khan (dalam Johnson & Johnson, 1991) dengan menggunakan empat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penilaian. Hasil yang didapatkan bahwa jumlah subjek yang memiliki tingkat dukungan sosial keluarga sedang lebih banyak daripada subjek dengan tingkat dukungan sosial keluarga yang rendah dan tinggi.

Berdasarkan temuan hasil penelitian stres cukup sering dialami oleh pasukan pemadam kebakaran. Keharusan untuk menaati peraturan yang ada serta tuntutan untuk terus melatih kemampuan para pemadam kebakaran. Terkadang latihan-latihan rutin yang menuntut kedisiplinan yang tinggi menimbulkan tekanan tersendiri bagi para pasukan pemadam kebakaran. Keadaan ini kadang memicu munculnya stres para pasukan pemadam kebakaran. Selain itu, faktor keuangan juga menjadi faktor yang penting dalam menyebabkan munculnya gejala stres para pasukan pemadam kebakaran, salah satunya adalah faktor keterlambatan turun

gaji bagi para pasukan yang tidak termasuk dalam Pegawai Negeri Sipil. Keadaan tersebut terkadang mengharuskan mereka untuk bersabar lebih lama lagi di tengah tuntutan kebutuhan yang harus mereka penuhi. Hal ini sedikit banyak sesuai dengan pengertian stres dimana sesuatu muncul akibat tekanan yang ada lebih besar daripada kapasitas kemampuan seseorang tersebut.

Dukungan sosial keluarga yang semakin besar akan meminimalisir seseorang untuk mengalami stres dalam hal apapun. Hasil penelitian ini sesuai yang dikemukakan Dodiansyah (2014) menemukan bahwa dukungan sosial dapat mencegah terjadinya stres di lingkungan kerja. Dukungan sosial dari orang-orang disekitar individu terutama dari keluarga dapat menjadi salah satu koping stres yang berasal dari luar individu atau koping stres secara eksternal.

### **PENUTUP**

#### **Simpulan**

Berdasarkan hasil keseluruhan penelitian mengenai dukungan sosial keluarga dengan stres pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang, maka dihasilkan kesimpulan bahwa:

1. Tingkat dukungan sosial keluarga pada subjek pasukan pemadam kebakaran dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian besar sampel penelitian berada pada kategori dukungan sosial keluarga yang sedang.
2. Tingkat stres pada subjek pasukan pemadam kebakaran dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian besar sampel penelitian berada pada kategori stres yang sedang.
3. Variabel dukungan sosial keluarga memiliki hubungan yang negatif dengan stres pada pasukan pemadam kebakaran Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang. Ini berarti apabila dukungan sosial keluarga rendah maka tingkat stres akan tinggi. Sebaliknya, apabila dukungan sosial keluarga tinggi maka tingkat stres yang dialami individu akan semakin rendah atau berkurang.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Chamberlin, Michael. J. A. & Green, Heather, J. 2010. *Stress and Coping Strategies Among Firefighters and Recruits*. Journal of Loss and Trauma, 15:548-560, 2010.
- Dodiansyah, K. A. 2014. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada*

- Karyawan Solopos. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Estiane, Uthia. 2015. *Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi*. Surabaya: Universitas Airlangga Surabaya. Dari <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkk87072a2352full.pdf>. diakses pada 30 Oktober 2017.
- Johnson, D. W. & Johnson, R. T. 1991. *Learning Together and Alone*. Allin and Bacon: Massa Chussets.
- Kurniliasari, Iza. 2015. *Pengaruh Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja Terhadap Kinerja Pasukan pada UPT. Pemadam Kebakaran Kota Malang*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- McFarlane, A. C., & Bryant, R. A. 2007. *Post-traumatic Stress Disorder in Occupational Settings: Anticipating and Managing the Risk*. *Occupational Medicine*, 57, 404–410.
- Perrin, M. A. et al. 2007. *Differences in PTSD Prevalence and Associated Risk Factors Among World Trade Stress and Coping Among Firefighters 559 Center Disaster Rescue and Recovery Workers*. *American Journal of Psychiatry*, 164, 1385-1394.
- Poegoeh, Daisy Prawitasari & Hamidah. 2016. *Peran Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia*. Surabaya: Universitas Airlangga Surabaya. Dari <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/2534/1864>. diakses pada 30 Oktober 2017.
- Sarafino, E. P. 2008. *Health Psychology: Sixth Edition*. New York: John Willey & Sons.
- Sullivan, Thomas J. 2015. *Introduction to Social Problems Tenth Edition*. United States: Emeritus Northern Michigan University.
- Wade, Carole & Tavis, Carol. 2007. *Psikologi Edisi Kesembilan (Jilid 2)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Wulandari, Yolla Yollanda, dkk. 2016. *Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Stres Anggota Keluarga Yang Merawat Pasien Gangguan Jiwa*. Universitas Lampung Mangkurat. Volume 4 Nomor 2.