

**STRATEGI COPING PROBLEM-FOCUSED DALAM  
MENGATASI TINGKAT STRES PEGAWAI  
DITENGAH TUNTUTAN PEKERJAAN PADA  
KEJAKSAAN NEGERI SELUMA**



**SKRIPSI**

DIAJUKAN OLEH :

**DELI ARRAHMA**  
NPM. 2261201132

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**

**2026**

**STRATEGI COPING PROBLEM-FOCUSED DALAM  
MENGATASI TINGKAT STRES PEGAWAI  
DITENGAH TUNTUTAN PEKERJAAN PADA  
KEJAKSAAN NEGERI SELUMA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar  
Sarjana pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis  
Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

Oleh:

**DELI ARRAHMA**  
**NPM. 2261201132**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
2026**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**STRATEGI COPING PROBLEM-FOCUSED DALAM  
MENGATASI TINGKAT STRES PEGAWAI  
DITENGAH TUNTUTAN PEKERJAAN PADA  
KEJAKSAAN NEGERI SELUMA**



**SKRIPSI**

Diajukan Oleh:

**DELI ARRAHMA**  
NPM. 2261201132

Disetujui Oleh:  
Pembimbing

  
**Drs. Khairul Bahran, M.M**  
NIDN.022086502

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis

  
**Furgonti Ranidiah, S.E., M.M**  
NIDN.0208047301

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**PENGARUH *E-SERVICE QUALITY* DAN *E-SATISFACTION*  
TERHADAP *REPURCHASE INTENTION* PADA MAHASISWA  
PENGGUNA TIKTOK SHOP DI FAKULTAS EKONOMI DAN  
BISNIS UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis

Universitas Muhammadiyah Bengkulu  
guna memperoleh gelar Sarjana Manajemen

Hari : Kamis

Tanggal : 05 Maret 2026

**SKRIPSI**

Oleh:

**SHINTA**  
**NPM. 2261201091**

Dewan Penguji:

1. Drs. Khairul Bahrun, MM

Ketua

(.....)

2. Tezar Arianto, S.E., M.M

Anggota

(.....)

3. Dr. Drs. Onsardi, MM

Anggota

(.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ekonomi Dan Bisnis



**Furgonti Ranidiah, S.E., M.M**  
**NIDN. 02 080473 01**



### SERTIFIKASI

Saya Deli Arrahma menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan ini adalah karya saya sendiri dan atas bimbingan Dosen pembimbing. Karya ini belum pernah disampaikan untuk gelar sarjana pada program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis atau program Studi Lainnya. Karena karya ini milik saya. Maka segala yang berhubungan dengan Skripsi ini menjadi tanggung jawab saya.

Bengkulu, Maret 2026

Yang membuat pernyataan



Deli Arrahma

NPM. 2261201132

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*Perjalanan menuju sesuatu yang indah akan melalui proses yang panjang. La yuqallifullahu nafsan illa wus'aha. Tidak ada proses yang mudah untuk tujuan yang indah. Hari-hari yang dijalani saat ini akan menjadi bagian dari perjuangan. Takdir memang ada dalam ketetapan allah, tapi do'a dan usaha milik kita*

*Tunjukkan versi terbaik dalam dirimu dengan langkah yang tetap tenang meski dunia berisik. Tetaplah tumbuh, bukan untuk terlihat hebat di mata orang lain, tetapi untuk merasa utuh dan bermakna bagi dirimu sendiri. Orang yang hebat tidak di tentukan seberapa keras dia dipuji, melainkan seberapa kuat dia bisa bertahan di atas kakinya sendiri.*

*(Deli Arrahma)*

*Setiap masalah yang datang bukan untuk ditakuti, tetapi untuk dihadapi. Beban yang terasa berat sering kali menguras kesabaran dan kewarasan. Tetapi dari itu kita belajar, bahwa menjadi dewasa bukan di ukur dari usia. Melainkan bagaimana cara anda menyelesaikan sebuah masalah dengan bijaksana.*

*(Deli Arrahma)*

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, Maha Suci Allah yang telah menghendaki sehingga karya sederhana yang sangat berarti ini dapat terselesaikan sesuai dengan harapan. Karya tulis sederhana ini berupa tugas akhir yang peneliti persembahkan untuk berbagai macam pihak yang telah menemani selama proses kuliah hingga terselesaikannya skripsi ini, maka dari itu karya ini peneliti persembahkan:

1. Sembah sujud dan persembahan istimewa ini penulis kirimkan hingga melintas langit, teruntuk Bapak tercinta (Alian Nardi) yang telah berpulang. Meskipun saat ini kita terpisahkan oleh dua dimensi yang berbeda yang membuatmu tidak lagi bisa mendekapku disaatku menangis karena lelahnya perjuangan kuliah. Namun penulis percaya bahwa do'a-do'a yang kamu langitkan untuk penulis semasa hidupmu, dan sepanjang masa sujudmu kepada tuhanmu adalah pelindung yang selalu menjaga penulis sampai saat ini. Gelar sarjana ini adalah kado istimewa dari putrimu sebagai bentuk kebanggaan untuk membalas setiap tetes keringatmu selama ini. Meskipun bapak tidak ada disini, tapi nama bapak akan tetap abadi di dalam karyaku. Istirahatlah dengan damai di surga, pak. Hingga suatu saat nanti kita bisa di pertemukan kembali, dan aku akan berlari kearahmu sambil berkata dengan bangga di dalam pelukmu “ Bapak, putrimu berhasil seperti yang bapak harapkan”
2. Teruntuk makku, wanita terhebat dan terkuat dalam hidupku (Nahayani) dengan segala kerendahan hati, karya ini ku persembahkan untuk dirimu.

Sosok wanita yang tak pernah lelah berjuang, yang dalam diamnya selalu menyelipkan doa, dan dalam sabarnya selalu mengajarkan arti keteguhan. Setiap langkah yang ku tempuh hingga sampai pada titik ini tidak pernah lepas dari kasih sayang, pengorbanan, serta dukunganmu yang tak terhitung jumlahnya. Karya ini merupakan wujud penghargaan dan baktiku atas segala pengorbanan yang telah mak berikan. Semoga karya ini dapat menjadi langkah awal menuju pencapaian yang lebih baik dan menjadi kebanggaan bagi mak.

3. Teruntuk ayuk, dodo, dan kakak iparku (Zelti Eliani, Kiki Marlioni, dan Meksi Satrio) terimakasih telah menjadi sosok yang selalu setia menemani disetiap prosesku. Dari perhatian dan nasihat yang kalian berikan aku belajar arti tanggung jawab, keteguhan, dan arti saling menjaga. Ketika langkahku terasa berat, dukungan dari kalian menjadi alasan untuk aku terus melangkah kedepan.
4. Teruntuk adikku tersayang ( Solena Julianti & Isra Al Amin) senyum kalian adalah peringatan bahwa setiap proses, seberat apapun layak untuk di perjuangkan. Di saat lelah menghampiri, doa dan kepercayaanmu menjadi cahaya yang menuntunku untuk tetap melangkah. Karya ini kupersembahkan sebagai jejak rasa syukur atas kehadiran kalian dalam hidupku, penyemangat dalam diam, kekuatan dalam kebersamaan. Karya ini menjadi saksi bahwa kalian adalah bagian terpenting dari setiap pencapaianku.
5. Teruntuk keponakanku yang lucu-lucu (Aksa Gavin Satrio & Razka Manggala Satrio) hadir kalian adalah cahaya kecil yang membawah tawa dan harapan.

Senyum dan tawa kalian mengajarkanku bahwa kebahagiaan hadir dari hal-hal kecil yang sederhana. Karya ini aku persembahkan sebagai doa yang diam-diam aku titipkan untuk masa depan kalian.

6. Teruntuk sepupuku ( Izmi Arrahma Donnia) terimakasih telah menjadi teman sekaligus sahabat yang selalu mendukung, dan selalu menjadi tempat untuk mendengarkan setiap keluh kesahku selama ini. karya sederhana ini ku persembahkan untuk dirimu, dan semoga kita bisa terus berjalan beriringan untuk saling menguatkan.
7. Teruntuk sahabatku sekaligus teman seperjuangan/Partner the best (Gestania Wulandari) terimakasih telah menjadi bahu untuk bersandar, tangan untuk menopang, dan tempat untuk bercerita. semoga pertemanan ini bukan hanya sebatas bangku pendidikan akan tetapi sampai kita bisa menjadi orang-orang yang sukses, dan merasa beruntung memiliki satu sama lain.
8. Dosen pembimbing ku Bapak Drs. Khairul Bahrun, M.M yang telah meluangkan waktu, pikiran, tenaga dan arahan bagiku serta kesabaran yang luar biasa dalam membimbingku agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan jajaran Staf Prodi Manajemen yang telah memberikan motivasi, dukungan dan do'a bagiku dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan angkatan 2022 khususnya Prodi Manajemen yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam berjuang.
11. Almamater maronku

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Alhamdulillahirobbilamin, Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan kanunian-Nya yang senantiasa memberikan kemudahan sehingga peneliti mampu menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “ **Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma**”. Peneliti menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tentu banyak mendapatkan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Susiyanto, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
2. Ibu Furqonti Ranidiah, SE., M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
3. Ibu Ade Tiara Yulinda, SE., M.M selaku ketua Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
4. Bapak Drs. Khairul Bahrin, M.M selaku pembimbing yang telah membimbing saya dengan sabar selama proses bimbingan.
5. Seluruh Dosen dan Staff Tata Usaha Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
6. Terima kasih kepada keluarga besar saya yang tersayang Bapak, mak, Ayuk, Dodo, Kakak Ipar, Adek dan Ponakan-keponakan saya yang kiyowo yang

senantiasa memberikan do'a dan segalanya, baik moral maupun materi dengan tulus ikhlas yang membuat saya bisa bertahan sampai sejauh ini.

7. Terima kasih dan sukses selalu untuk teman-teman seperjuangan angkatan 2022.

Bengkulu, 04 Maret 2026

Deli Arrahma

## ABSTRAK

### **STRATEGI COPING PROBLEM-FOCUSED DALAM MENGATASI TINGKAT STRES PEGAWAI DITENGAH TUNTUTAN PEKERJAAN PADA KEJAKSAAN NEGERI SELUMA**

Oleh:  
Deli Arrahma<sup>1</sup>  
Khairul Bahrhun<sup>2</sup>

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara. Sedangkan analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil temuan utama penelitian menunjukkan bahwa pegawai kejaksaan negeri seluma memang terindekasi stres kerja yang diakibatkan oleh berbagai tuntutan pekerjaan mulai dari beban kerja tinggi, batas waktu ketat, kurangnya waktu istirahat, serta tanggung jawab yang besar yang menyebabkan kelelahan secara fisik, tekanan emosional, dan sakit kepala. Strategi coping problem-focused yang sering dilakukan pegawai kejaksaan negeri seluma mulai dari membuat perencanaan pekerjaan, mengelompokkan tugas sesuai prioritas, mengatur waktu beristirahat, serta mencari dukungan instrumental dari atasan atau sesama rekan kerja yang lebih ahli. Dengan demikian secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi coping *problem-focused* sudah berjalan dengan efektif dikalangan pegawai Kejaksaan Negeri Seluma dalam mengatasi stres kerja yang bersumber dari tuntutan pekerjaan, dan terbukti membantu pegawai dalam mengendalikan tekanan, dan menjaga keseimbangan emosional, serta mempertahankan kualitas kinerja dalam bekerja.

**Kata Kunci:** Tuntutan Pekerjaan, Stres Kerja, *Coping Problem-Focused*

**ABSTRACT**

**PROBLEM-FOCUSED COPING STRATEGIES IN OVERCOMING  
EMPLOYEES' STRESS LEVELS AMID WORK DEMANDS AT THE  
SELUMA DISTRICT ATTORNEY'S OFFICE**

**By:**

**Dell Arrahma<sup>1</sup>  
Khairul Bahrul<sup>2</sup>**

This study aims to examine the problem-focused coping strategies used to overcome employees' stress levels amid job demands at the Seluma District Attorney's Office. This research employed a qualitative descriptive approach. Data were collected through observation, documentation, and interviews, while the data analysis techniques included data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The main findings of the study indicate that employees at the Seluma District Attorney's Office experience work-related stress caused by various job demands, including high workloads, strict deadlines, limited rest time, and significant responsibilities. These conditions lead to physical fatigue, emotional pressure, and headaches. The problem-focused coping strategies commonly applied by the employees include planning work activities, prioritizing tasks, managing rest time, and seeking instrumental support from supervisors or more experienced colleagues.

Overall, the results of the study show that problem-focused coping strategies have been implemented effectively among employees at the Seluma District Attorney's Office in dealing with work stress caused by job demands. These strategies help employees control pressure, maintain emotional balance, and sustain the quality of their work performance.

**Keywords:** Job Demands, Work Stress, Problem-Focused Coping Strategies.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>SERTIFIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	6
1.3 Batasan Masalah .....	7
1.4 Rumusan Masalah .....	7
1.5 Tujuan Penelitian .....	7
1.6 Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II STUDI PUSTAKA</b> .....	<b>9</b>
2.1 Deskripsi Konseptual .....	9
2.2 Pengertian Tuntutan Pekerjaan .....	9
2.3 Stres Kerja .....	10
2.3.1 Pengertian Stres Kerja .....	10
2.3.2 Jenis-Jenis Stres Kerja .....	11
2.3.3 Gejala-Gejala Stres Kerja .....	13
2.3.4 Faktor-Faktor Stres Kerja .....	14
2.3.5 Indikator Stres Kerja.....	15
2.4 Strategi Coping Problem-Focused .....	16

2.4.1 Pengertian Strategi Coping Problem-Focused .....	16
2.4.2 Aspek-Aspek Coping Problem-Focused .....	18
2.4.3 Proses Strategi Coping.....	19
2.4.4 Indikator Coping Problem-Focused .....	20
2.5 Penelitian Terdahulu .....	21
2.6 Kerangka Berpikir.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	25
3.2 Jenis Penelitian .....	25
3.3 Sumber Data Penelitian.....	25
3.3.1 Data Primer .....	25
3.3.2 Data Skunder.....	26
3.4 Informan .....	26
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	26
3.5.1 Observasi .....	27
3.5.2 Wawancara.....	27
3.5.3 Dokumentasi .....	28
3.6 Teknik Analisis Data.....	28
3.6.1 Reduksi Data .....	28
3.6.2 Penyajian Data .....	29
3.6.3 Penarikan Kesimpulan.....	29
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
4.1 Sejarah Singkat Kejaksaan Negeri Seluma .....	30
4.2 Visi Dan Misi Kejaksaan Negeri Seluma.....	31
4.3 Struktur Organisasi Kejaksaan Negeri Seluma.....	32
4.4 Karakteristik Informan .....	32
4.5 Hasil .....	33
4.6 Pembahasan .....	52

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
Kesimpulan.....	56
Saran .....	57
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	 <b>58</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Pada era modern saat ini, dinamika dunia kerja semakin kompleks sehingga pegawai di berbagai instansi terutama pemerintahan, menuntut para pegawainya untuk mampu bekerja secara profesional, produktif, serta memenuhi target pekerjaan yang terus meningkat. Tuntutan tersebut berkaitan dengan tanggung jawab pekerjaan yang semakin besar, penyelesaian tugas yang harus dilakukan secara tepat waktu, serta adanya standar kinerja yang harus dipenuhi oleh setiap pegawai. Kondisi tersebut sering kali disertai dengan berbagai tekanan dalam lingkungan kerja yang berpotensi menimbulkan stres kerja bagi pegawai dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya.

Selain itu, pada kondisi tersebut selain dapat berpotensi menurunkan kinerja pegawai akan tetapi juga menimbulkan kelelahan emosional, serta memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis pegawai. Stres merupakan salah satu permasalahan yang cukup serius yang muncul akibat adanya ketidakseimbangan antara kemampuan fisik, dan psikologis individu dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab. Oleh karena itu, stres perlu mendapatkan perhatian yang serius karena selain dapat memengaruhi kondisi psikologis individu, akan tetapi juga dapat berdampak pada pelaksanaan tugas dan tanggung jawabnya.

Dengan kata lain, stres kerja merupakan suatu kondisi disfungsi individu yang di distribusikan atau diakibatkan oleh lingkungan kerja itu sendiri. Semakin banyak peran yang dimiliki individu maka semakin banyak pula masalah tuntutan pekerjaan yang dihadapi yang memicu munculnya stres kerja (Tyfani et al., 2024).

Sedangkan menurut Dian et al, (2024) dalam penelitiannya juga menjelaskan bahwa stres kerja adalah kondisi ketegangan yang berdampak terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang sehingga membuat individu tersebut mengalami kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaannya. Stres kerja pada batas tertentu dapat berfungsi sebagai stimulus adaptif yang mendorong individu untuk meningkatkan kinerja serta kemampuan dalam menyelesaikan tugas secara lebih efektif. Namun demikian, apabila kondisi stres tersebut berlangsung secara berkelanjutan tanpa adanya penanganan yang tepat, hal ini dapat menimbulkan dampak negatif terhadap psikologi seperti tekanan darah tinggi dan bahkan bisa saja sampai pada tahap gangguan jiwa (depresi).

Perbedaan reaksi terhadap stres kerja pada setiap individu sangat dipengaruhi oleh tingkat resiliensi dan mekanisme coping yang dimilikinya dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan pekerjaan. Apalagi mengingat setiap individu memiliki keterbatasan dalam mengelola berbagai stimulus yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan sekitarnya. Selain itu, sumber stres dapat berasal dari berbagai situasi, kondisi, maupun pikiran yang menimbulkan perasaan frustrasi, marah, gugup dan bahkan rasa cemas dalam diri (Safitri & Gilang, 2020). Dalam mengatasi stres tersebut, individu tentu memerlukan strategi yang efektif yang dikenal sebagai strategi coping.

Strategi coping di definisikan sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap membebani atau melebihi sumber daya individu. Seperti yang diungkapkan oleh Novitasari, (2022) yang mengatakan bahwa dengan adanya coping problem-focused, stres kerja yang muncul tentu dapat mendorong individu untuk meningkatkan kemampuan adaptasi, perencanaan kerja, dan pengambilan keputusan.

Selain itu, strategi coping memiliki dua tipe yaitu, tipe strategi coping problem focused dan strategi coping emotion focused. Strategi coping problem focused lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung dengan cara menghilangkan sumber stres itu sendiri. Sedangkan strategi coping emotion focused, yaitu lebih berorientasi pada emosi yang merupakan suatu bentuk upaya individu dalam menyelesaikan masalahnya yang tidak langsung pada sumber masalah, tetapi berfokus pada aspek emosional. Namun demikian, strategi ini juga melibatkan usaha berpikir dan bertindak untuk mengubah situasi yang menimbulkan stres agar lebih terkendali, melalui perencanaan, pencarian solusi, dan pengambilan keputusan yang tepat (Kresnawan et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Santi et al., (2020) mengemukakan bahwa penggunaan strategi coping problem-focused dianggap efektif sebagai upaya dalam menyelesaikan permasalahan stres yang terjadi. Sedangkan menurut Sengkey et al., (2025) menjelaskan bahwa pentingnya bagi setiap individu terutama pegawai kejaksaan negeri selama untuk memahami secara spesifik dalam mengelola stres yang mereka alami agar terhindar dari stres

kerja. Penelitian tersebut di dukung juga oleh teori yang dikemukakan Lazarus & Folkman (1984) yang menjelaskan bahwa stres dapat diatasi dengan cara kognitif atau dengan melakukan tindakan langsung dari suatu permasalahan yang dihadapi.

Dengan demikian, dari hasil penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa strategi coping problem-focused memegang peranan penting sebagai indikator dalam memecahkan permasalahan stres kerja yang seringkali dihadapi oleh individu melalui penanganan yang efektif dengan mengubah sumber utama stres tersebut dengan cara mencari akar dari permasalahan stres itu sendiri

Pada penelitian kali ini, peneliti mengambil objek penelitian pada Kejaksaan negeri seluma. Kejaksaan Negeri Seluma merupakan salah satu instansi penegak hukum di Indonesia yang berada di bawah koordinasi Kejaksaan tinggi Bengkulu. Lembaga ini memiliki wilayah kerja di Kabupaten. Seluma, Provinsi. Bengkulu yang berperan sebagai pelaksana kekuasaan negara di bidang penegak hukum, khususnya perkara pidana, perdata, dan tata usaha negara. Sebagai salah satu lembaga penegak hukum di Indonesia, Kejaksaan negeri seluma merupakan lingkungan kerja yang memiliki karakteristik unik dan penuh tekanan dalam tuntutan pekerjaan seperti beban kerja tinggi, tuntutan publik dan media, tanggung jawab moral dan etika, serta tuntutan waktu yang ketat.

Pegawai Kejaksaan Negeri Seluma yang mengemban tanggung jawab besar dalam menegakkan keadilan tentu sering mengalami tekanan baik secara fisik maupun psikologis. Apalagi ketika dihadapkan pada kasus-kasus yang memiliki batas waktu yang ketat. Sehingga membuat pegawai Kejaksaan negeri seluma

harus bekerja di bawah tekanan waktu yang konstan. Tuntutan-tuntutan tersebut tentu memiliki potensi besar yang menyebabkan stres kerja yang jika diabaikan dapat memengaruhi kualitas pelayanan hukum, profesionalisme, dan citra lembaga. Dengan demikian, stres kerja bukan hanya fenomena umum pada sektor swasta saja, melainkan juga dapat terjadi pada lembaga penegak hukum seperti Kejaksaan Negeri Seluma.

Topik penelitian ini melibatkan suatu isu yang sering kali terjadi dikalangan karyawan terutama pada pegawai kejaksaan negeri seluma ketika di hadapkan pada beban kerja yang tinggi, dan kasus yang kompleks seperti tindak pidana korupsi atau kejahatan terorganisir. Dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab tersebut, tentu akan membutuhkan fokus tinggi dan ketelitian ekstra, sehingga menyebabkan tekanan mental yang besar dan menuntut jam kerja yang panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih jauh penelitian mengenai bagaimana pegawai kejaksaan negeri seluma dalam mengatasi stres kerja yang mereka alami, melalui strategi coping problem-focused pada situasi kerja yang spesifik.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori Lazarus & Folkman (1984) untuk memperkuat peneliti dalam melakukan penelitian di Kejaksaan Negeri Seluma. Teori Lazarus & Folkman (1984) merupakan teori transaksional stres dan coping dimana individu mengevaluasi tuntutan yang dianggap mengancam atau menantang. Evaluasi tersebut terdiri dari penilaian primer dan penilaian skunder dengan menggunakan strategi coping untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi.

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan pada tanggal 20 Oktober 2025 di kejaksaan negeri Seluma melalui pengamatan dan wawancara dengan kepala sub bagian kepegawaian diperoleh informasi bahwa, permasalahan stres di tempat kerja masih menjadi permasalahan yang biasa di alami terutama yang terjadi pada pegawai kejaksaan negeri seluma yang mana memiliki tanggung jawab yang besar dan waktu yang ketat, sehingga menuntut untuk memberikan hasil kerja yang optimal. Stres kerja yang biasa di alami oleh pegawai kejaksaan negeri seluma biasanya berbeda-beda yaitu mulai dari kelelahan, menurunnya semangat kerja, sakit kepala, dan perasaan cemas yang biasanya di akibatkan oleh beban kerja yang mereka hadapi.

Adapun alasan peneliti memilih penelitian ini karena ingin mengetahui strategi coping problem-focused seperti apa yang digunakan pegawai kejaksaan negeri seluma dalam mengatasi stres akibat tuntutan pekerjaan agar terhindar dari stres kerja.

Strategi coping problem-focused merupakan upaya yang dapat dilakukan oleh setiap individu dengan cara yang berbeda-beda tergantung pada situasi dan kondisi stres yang dialami. Maka Berdasarkan dari Latar Belakang diatas peneliti tertarik mengangkat judul penelitian **“Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Stres kerja merupakan keadaan yang tidak bisa di biarkan begitu saja karena selain dapat menurunkan kualitas kerja, akan tetapi juga dapat menyebabkan

permasalahan yang lebih serius. Sehingga hal itu perlu dilakukan penanganan yang tepat agar tidak menimbulkan permasalahan stres yang lebih kronis.

### **1.3 Batasan Masalah**

Peneliti membatasi masalah yang akan diteliti agar tidak menyebar dan fokus dengan pembahasan dan tujuan penelitian yaitu, khusus tentang Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas sebelumnya, maka permasalahan yang diangkat, yaitu: Bagaimana Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang diangkat tujuan penelitian ini untuk mengetahui Strategi Coping Problem-Focused Dalam Mengatasi Tingkat Stres Pegawai Ditengah Tuntutan Pekerjaan Pada Kejaksaan Negeri Seluma.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi Pegawai**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran mengenai cara yang efektif dalam mengatasi stres kerja melalui strategi coping problem-focused yang berorientasi pada pemecahan masalah secara langsung.

## 2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pembelajaran, wawasan dan pengetahuan khususnya dalam mengatasi stres.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan acuan dalam penulisan jika melakukan penelitian dengan permasalahan yang sama.