



## Pengaruh Dukungan Sosial Dan Pengetahuan Spiritual Terhadap Stres Kerja Pegawai Di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan

Indriani Dewi<sup>1</sup>, Muh. Nur Rasyid<sup>2</sup>, Andi Risfan Rizaldi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Makassar

<sup>1</sup>[indrianiidewi1203@gmail.com](mailto:indrianiidewi1203@gmail.com), <sup>2</sup>[muhnur@unismuh.ac.id](mailto:muhnur@unismuh.ac.id), <sup>3</sup>[andi.risfan@unismuh.ac.id](mailto:andi.risfan@unismuh.ac.id)

### Abstrak

Stres kerja merupakan salah satu permasalahan yang sering dihadapi pegawai dalam organisasi, termasuk pada instansi pemerintahan yang memiliki tuntutan kerja tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif kausal. Populasi penelitian adalah seluruh pegawai Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan sebanyak 165 orang, dengan jumlah sampel 117 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala Likert. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan aplikasi Statistical Package for the Social Science (SPSS) versi 27 melalui uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, regresi linear berganda, uji t, uji F, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai. Pengetahuan spiritual juga berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai. Secara simultan, dukungan sosial dan pengetahuan spiritual berpengaruh signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan pengetahuan spiritual yang dimiliki pegawai, maka tingkat stres kerja yang dirasakan akan semakin rendah. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi organisasi dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat melalui peningkatan dukungan sosial dan penguatan aspek spiritual pegawai.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Pengetahuan Spiritual, Stres Kerja, Pegawai, Organisasi

### 1. Pendahuluan

Pekerjaan adalah hak dasar yang dibutuhkan bagi semua orang yang dilindungi dan diakui secara hukum baik secara universal maupun nasional. Deklarasi Universal tentang Hak Asasi Manusia (*The Universal Declaration of Human Rights*) yang disahkan Majelis Umum PBB tahun 1948 menyebutkan pada Pasal 23 ayat 1 bahwa setiap orang berhak untuk bekerja, bebas memilih pekerjaan, memperoleh kondisi kerja yang adil dan menguntungkan serta berhak atas perlindungan dari pengangguran (United Nations, 1948). Di Indonesia, hak atas pekerjaan juga tertuang dalam Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 Pasal 27 ayat 2 yang menyatakan bahwa tiap-tiap warga negara berhak atas pekerjaan dan penghidupan yang layak bagi kemanusiaan. Oleh karena itu, jaminan untuk bekerja dengan aman dan nyaman menjadi aspek penting dalam kehidupan setiap individu.

Hak dasar yang diperoleh harus diiringi dengan aplikasi yang nyata karena bekerja bukan hanya semata-mata untuk pemenuhan kebutuhan ekonomi, tetapi juga berkaitan dengan terciptanya iklim kerja yang mendukung kesejahteraan psikologis pekerja. Namun, dalam praktiknya kesejahteraan psikologis sering kali terancam oleh tekanan pekerjaan seperti kurangnya dukungan sosial, beban kerja yang tinggi, serta konflik batin yang dapat memicu munculnya stres kerja. Menurut Lazarus (1990), stres merupakan hubungan antara individu dan lingkungan yang dinilai membebani atau melampaui kemampuan individu dalam menghadapi tekanan tersebut. Apabila kondisi ini berlangsung secara terus-menerus, maka dapat berdampak pada kesehatan fisik maupun psikologis pekerja.

Fenomena stres kerja saat ini menjadi perhatian penting dalam berbagai organisasi, baik sektor swasta maupun sektor publik. Berdasarkan survei *State of the Global Workplace 2024* yang dilakukan Gallup (2024), tingkat stres kerja pekerja Indonesia dilaporkan sebagai yang terendah di kawasan ASEAN. Namun, laporan yang sama juga menunjukkan bahwa pekerja Indonesia mengalami peningkatan emosi negatif lain seperti rasa marah yang menempati peringkat kelima dan kesedihan yang menempati peringkat keempat di ASEAN. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya angka stres tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi emosional pekerja karena rasa marah, cemas, dan sedih merupakan gejala yang sering menyertai stres meskipun tidak tercatat sebagai

kategori stres tinggi. Oleh sebab itu, organisasi perlu memberikan perhatian terhadap faktor-faktor yang dapat memengaruhi munculnya stres kerja pada pegawai.

Menurut Sudarno (2015), sumber daya manusia memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan organisasi karena menjadi salah satu faktor utama dalam merealisasikan tujuan organisasi. Oleh karena itu, organisasi tidak hanya membutuhkan pegawai yang memiliki kemampuan teknis, tetapi juga pegawai yang mampu mengelola emosi dan menjaga kesejahteraan psikologisnya. Hal tersebut menjadi penting untuk diperhatikan oleh organisasi sektor swasta maupun sektor publik, termasuk instansi pemerintahan.

Sebagai pilar utama pelayanan publik, instansi pemerintahan tidak terlepas dari berbagai tekanan pekerjaan. Pegawai pemerintahan dituntut untuk memberikan pelayanan yang efektif, profesional, transparan, dan akuntabel di tengah meningkatnya tuntutan masyarakat terhadap kualitas birokrasi. Hasil *scoping review* yang dilakukan Putra dan Erwandi (2025) menunjukkan bahwa stres kerja pada Aparatur Sipil Negara (ASN) dipengaruhi secara signifikan oleh faktor psikososial di tempat kerja, terutama hubungan dengan organisasi, tuntutan pekerjaan, serta keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa faktor organisasi dan tuntutan kerja menjadi aspek penting dalam memahami stres kerja ASN.

Salah satu instansi pemerintah yang menghadapi tantangan tersebut adalah Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Sebagai lembaga pengawasan internal pemerintah daerah, Inspektorat memiliki peran strategis dalam memastikan tata kelola pemerintahan berjalan secara transparan dan akuntabel. Pegawai di lingkungan Inspektorat menghadapi berbagai tekanan pekerjaan seperti target audit yang ketat, pengawasan program pemerintah, interaksi dengan berbagai pihak, serta tanggung jawab moral ketika menemukan penyimpangan dalam pelaksanaan tugas. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang dapat meningkatkan risiko stres kerja pegawai.

Penelitian yang dilakukan oleh Natsir et al. (2025) pada Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh negatif terhadap kinerja pegawai. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi beban kerja pegawai, maka kinerja pegawai cenderung mengalami penurunan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan yang tinggi tidak hanya berdampak pada produktivitas kerja, tetapi juga dapat memicu munculnya stres kerja apabila tidak dikelola dengan baik.

Stres kerja yang tidak dikelola secara optimal dapat berdampak pada penurunan produktivitas, rendahnya kualitas pelayanan, meningkatnya konflik kerja, serta gangguan kesehatan fisik dan mental pegawai. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memahami faktor-faktor yang dapat membantu pegawai mengelola dan mengurangi stres kerja. Salah satu faktor yang dipandang penting adalah dukungan sosial.

Berdasarkan *Job Demands-Resources Theory* yang dikembangkan oleh Bakker et al. (2014), kondisi psikologis pegawai dipengaruhi oleh keseimbangan antara tuntutan pekerjaan (*job demands*) dan sumber daya (*resources*) yang dimiliki individu. Dalam teori tersebut, sumber daya pekerjaan dapat membantu individu menghadapi tekanan kerja sehingga mampu mengurangi dampak negatif stres. Salah satu bentuk sumber daya pekerjaan adalah dukungan sosial yang diperoleh dari atasan, rekan kerja, keluarga, maupun lingkungan organisasi.

Dukungan sosial (*social support*) merujuk pada sumber daya sosial yang berasal dari hubungan interpersonal yang dapat memberikan bantuan emosional, informasi, maupun bantuan nyata sehingga membantu individu menghadapi situasi stres (Cohen & Wills, 1985). Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial juga berkaitan dengan persepsi individu terhadap adanya perhatian, kenyamanan, penghargaan, dan bantuan yang diterima dari orang lain. Dukungan sosial yang baik dapat membantu individu merasa lebih dihargai, nyaman, dan mampu menghadapi tekanan pekerjaan secara lebih efektif.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis di Kantor Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan, salah satu pegawai mengungkapkan bahwa hubungan emosional antarpegawai terjalin cukup baik melalui hubungan kekeluargaan yang erat. Namun, dukungan sosial secara instrumental dalam membantu penyelesaian pekerjaan masih belum optimal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu pegawai menghadapi tekanan kerja sehari-hari. Kurangnya dukungan sosial diduga dapat memengaruhi tingkat stres kerja pegawai sehingga penulis tertarik meneliti apakah dukungan sosial dapat menjadi faktor yang membantu mengelola dan mengurangi stres kerja pegawai.

Selain dukungan sosial, faktor lain yang dipandang penting dalam mengelola stres kerja adalah pengetahuan spiritual (*spiritual knowledge*). Spiritualitas merupakan pegangan individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari, termasuk dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Herninandari et al. (2023) menjelaskan bahwa individu dapat mengimplementasikan kecerdasan spiritualnya dalam mengelola emosi melalui nilai-nilai religius atau agama. Dalam konteks organisasi, spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan praktik keagamaan formal, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu memaknai pekerjaan, membangun hubungan sosial, serta menjaga kehidupan batinnya.

Ashmos dan Duchon (2000) menjelaskan bahwa spiritualitas di tempat kerja merupakan pemahaman individu sebagai makhluk yang memiliki kebutuhan batin dan mencari makna serta tujuan dalam pekerjaannya. Individu tidak hanya bekerja untuk memenuhi kebutuhan material, tetapi juga mencari hubungan sosial yang bermakna dan

ketenangan batin dalam lingkungan kerja. Konsep tersebut relevan dengan kondisi pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan yang menghadapi tekanan pekerjaan dan target kerja yang tinggi. Dalam kondisi tersebut, pemahaman nilai spiritual dipandang dapat membantu pegawai menjaga ketenangan diri, mengelola tekanan kerja, serta membangun hubungan kerja yang lebih baik sehingga dapat membantu mengurangi stres kerja.

Dalam konteks organisasi, Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan telah menyediakan berbagai fasilitas dan program untuk mendukung pengembangan spiritual pegawai, seperti fasilitas ibadah, kegiatan dzikir bersama, dan program Sedekah Seribu Sehari (3S). Kehadiran program tersebut menunjukkan adanya perhatian organisasi terhadap pengembangan aspek spiritual pegawai dalam lingkungan kerja. Pengetahuan spiritual dipandang dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan kerja, menjaga ketenangan diri, dan meningkatkan kemampuan dalam mengelola stres kerja.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif terhadap stres kerja. Penelitian Karadaş dan Duran (2022), Aisyah (2022), serta Werenfridus et al. (2023) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penurunan tingkat stres kerja individu. Sementara itu, penelitian Sari dan Haryati (2023), Rohmadani dan Khoiryasdien (2023), Nurgazali et al. (2023), serta Fikri et al. (2023) menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas memiliki peran dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis dan mengurangi stres kerja.

Meskipun demikian, penelitian sebelumnya umumnya hanya berfokus pada religiusitas atau spiritualitas secara umum sebagai keyakinan, praktik, maupun ritual keagamaan. Penelitian mengenai pengetahuan spiritual sebagai dimensi kognitif yang mencakup pemahaman terhadap nilai-nilai spiritual masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian yang menggabungkan variabel dukungan sosial dan pengetahuan spiritual secara simultan dalam lingkup instansi pemerintahan, khususnya di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan, masih jarang dilakukan. Padahal, lembaga pengawasan pemerintah memiliki karakteristik pekerjaan yang menuntut profesionalisme tinggi serta tekanan moral yang besar.

Berdasarkan fenomena, teori, dan hasil penelitian terdahulu tersebut, terdapat kesenjangan penelitian terkait pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai yang belum dikaji secara komprehensif dalam konteks organisasi pemerintahan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia serta menjadi bahan pertimbangan bagi organisasi dalam mengembangkan kebijakan yang mendukung kesejahteraan psikologis pegawai dan peningkatan kinerja organisasi.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif kausal untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini bertujuan menguji hubungan antarvariabel melalui pengukuran data numerik dan analisis statistik (Sugiyono, 2023).

Penelitian dilaksanakan di Kantor Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan yang berlokasi di Kota Makassar. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2025 sampai Januari 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan yang berjumlah 165 orang. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 117 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling* sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai responden penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan penyebaran kuesioner kepada responden. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert lima tingkat jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, dan sangat setuju. Variabel dukungan sosial diukur menggunakan indikator dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi yang mengacu pada konsep Cohen dan Wills (1985) serta Sarafino dan Smith (2011). Variabel pengetahuan spiritual diukur berdasarkan indikator makna pekerjaan, hubungan sosial, dan ketenangan batin yang mengacu pada konsep Ashmos dan Duchon (2000). Sementara itu, variabel stres kerja diukur menggunakan indikator tekanan pekerjaan, ketegangan emosional, kecemasan kerja, dan tekanan psikologis yang mengacu pada konsep Lazarus (1990).

Sebelum dilakukan analisis data, instrumen penelitian diuji melalui uji validitas dan uji reliabilitas untuk memastikan bahwa seluruh item pernyataan layak digunakan sebagai alat ukur penelitian. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *product moment*, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dengan ketentuan nilai  $\alpha > 0,60$  dinyatakan reliabel (Ghozali, 2021).

Analisis data dilakukan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 26. Teknik analisis yang digunakan meliputi analisis statistik deskriptif, uji asumsi klasik yang terdiri atas uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas, kemudian dilanjutkan dengan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh

dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai. Model persamaan regresi linear berganda dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan dari persamaan tersebut yaitu (Y) adalah stres kerja, (a) adalah konstanta, ( $b_1$ ) dan ( $b_2$ ) merupakan koefisien regresi, ( $X_1$ ) adalah dukungan sosial, ( $X_2$ ) adalah pengetahuan spiritual, dan (e) merupakan tingkat kesalahan (*error term*).

Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan melalui uji parsial (*uji t*) untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen serta uji simultan (*uji F*) untuk mengetahui pengaruh kedua variabel independen secara bersama-sama terhadap stres kerja pegawai. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi dukungan sosial dan pengetahuan spiritual dalam menjelaskan variasi stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Rangkaian hasil penelitian berdasarkan urutan/susunan logis untuk membentuk sebuah cerita. Isinya menunjukkan fakta/data. Dapat menggunakan Tabel dan Angka tetapi tidak menguraikan secara berulang terhadap data yang sama dalam gambar, tabel dan teks. Untuk lebih memperjelas uraian, dapat menggunakan sub judul.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 117 responden yang merupakan pegawai Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Selanjutnya data dianalisis menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 26 melalui uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, dan analisis regresi linear berganda.

#### 3.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja pegawai. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden didominasi oleh pegawai dengan rentang usia produktif dan masa kerja yang cukup lama sehingga dianggap memahami kondisi lingkungan kerja di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	65	<b>55,6%</b>
Perempuan	52	<b>44,4%</b>
Total	117	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 1, responden penelitian didominasi oleh pegawai laki-laki sebanyak 65 orang atau 55,6%, sedangkan responden perempuan sebanyak 52 orang atau 44,4%. Data tersebut menunjukkan bahwa komposisi pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan.

#### 3.2 Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana instrumen penelitian mampu mengukur variabel yang diteliti. Item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai korelasi lebih besar dari nilai r tabel sebesar 0,181. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan pada variabel dukungan sosial, pengetahuan spiritual, dan stres kerja memiliki nilai korelasi di atas r tabel sehingga seluruh item dinyatakan valid.

Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach's Alpha untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Dukungan Sosial	0,842	<b>Reliabel</b>
Pengetahuan Spiritual	0,865	<b>Reliabel</b>
Stres Kerja	0,811	<b>Reliabel</b>

Berdasarkan Tabel 2, seluruh variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60 sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

#### 3.3 Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan sebelum analisis regresi linear berganda untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi statistik. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200 atau lebih besar dari 0,05 sehingga data penelitian berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai tolerance lebih besar dari 0,10 dan nilai Variance Inflation Factor (VIF) lebih kecil dari 10 sehingga tidak terjadi

multikolinieritas antarvariabel independen. Hasil uji heteroskedastisitas juga menunjukkan tidak terdapat gejala heteroskedastisitas karena nilai signifikansi masing-masing variabel lebih besar dari 0,05.

### 3.4 Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual terhadap stres kerja pegawai.

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien Regresi	t hitung	Sig.
Konstanta	21,354	-	-
Dukungan Sosial	-0,352	-3,214	<b>0,002</b>
Pengetahuan Spiritual	-0,417	-4,105	<b>0,000</b>

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda pada Tabel 3, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 21.354 - 0.352X_1 - 0.417X_2 + e$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pengetahuan spiritual memiliki arah hubungan negatif terhadap stres kerja pegawai. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan pengetahuan spiritual yang dimiliki pegawai, maka tingkat stres kerja pegawai akan semakin menurun.

Hasil uji parsial (uji t) menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar 0,002 atau lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang baik mampu membantu pegawai dalam menghadapi tekanan pekerjaan melalui bantuan emosional, informasi, maupun bantuan instrumental dari lingkungan kerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori buffering hypothesis yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial mampu menjadi pelindung psikologis dalam menghadapi tekanan kerja. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Karadaş dan Duran (2022), Aisyah (2022), serta Werenfridus et al. (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat stres kerja individu.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan spiritual memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 atau lebih kecil dari 0,05 sehingga pengetahuan spiritual berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pegawai yang memiliki pemahaman spiritual yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi, memaknai pekerjaan secara positif, dan menjaga ketenangan batin ketika menghadapi tekanan pekerjaan.

Temuan penelitian ini mendukung konsep spiritualitas di tempat kerja yang dikemukakan oleh Ashmos dan Duchon (2000) bahwa individu tidak hanya bekerja untuk memenuhi kebutuhan material, tetapi juga mencari makna dan tujuan dalam pekerjaannya. Pengetahuan spiritual membantu pegawai membangun ketahanan psikologis sehingga mampu mengurangi tekanan kerja yang dirasakan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Fikri et al. (2023), Sari dan Haryati (2023), serta Rohmadani dan Khoiryasdien (2023) yang menunjukkan bahwa spiritualitas dan religiusitas memiliki peran dalam mengurangi stres dan tekanan psikologis individu.

Tabel 4. Hasil Uji Simultan (Uji F)

Model	F hitung	Sig.
Regresi	24,531	<b>0,000</b>

Berdasarkan hasil uji simultan pada Tabel 4, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 atau lebih kecil dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pengetahuan spiritual secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan.

Tabel 5. Hasil Koefisien Determinasi

Model	R Square
Regresi	<b>0,487</b>

Berdasarkan Tabel 5, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,487. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pengetahuan spiritual mampu menjelaskan variabel stres kerja sebesar 48,7%, sedangkan sisanya sebesar 51,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian seperti beban kerja, lingkungan kerja, konflik organisasi, dan faktor individu lainnya.

### 3.5 Pembahasan

#### Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan koefisien regresi bernilai negatif. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima pegawai, maka semakin rendah tingkat stres kerja yang dialami.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori *Stress-Buffering Hypothesis* oleh Cohen dan Wills (1985) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung terhadap stres. Dukungan dari rekan kerja, atasan, maupun lingkungan organisasi membantu pegawai menghadapi tekanan kerja dan menciptakan rasa nyaman dalam bekerja.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Aisyah (2022) serta Karadaş dan Duran (2022) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh negatif terhadap stres kerja. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi faktor eksternal yang penting dalam membantu menurunkan stres kerja pegawai.

#### Pengaruh Pengetahuan Spiritual terhadap Stres Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan spiritual berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja. Nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan koefisien regresi negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan spiritual pegawai, maka semakin rendah tingkat stres kerja yang dirasakan.

Hasil ini sejalan dengan konsep spiritualitas di tempat kerja oleh Ashmos dan Duchon (2000) yang menyatakan bahwa individu yang memahami makna dan tujuan dalam bekerja cenderung lebih mampu menghadapi tekanan kerja. Pengetahuan spiritual membantu individu mengelola emosi, menjaga ketenangan batin, dan memaknai pekerjaan secara positif.

Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian Fikri et al. (2023) dan Rohmadani dan Khoiryasdien (2023) yang menunjukkan bahwa spiritualitas dan religiusitas berperan dalam menurunkan stres individu. Dengan demikian, pengetahuan spiritual menjadi faktor internal yang mampu membantu pegawai mengurangi stres kerja.

#### Pengaruh Dukungan Sosial dan Pengetahuan Spiritual terhadap Stres Kerja Secara Simultan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pengetahuan spiritual secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres kerja pegawai. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji F dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ .

Temuan ini menunjukkan bahwa stres kerja dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal secara bersamaan. Dukungan sosial berperan sebagai sumber daya dari lingkungan kerja, sedangkan pengetahuan spiritual menjadi sumber daya pribadi dalam menghadapi tekanan kerja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori *Job Demands-Resources (JD-R)* oleh Bakker et al. (2014) yang menjelaskan bahwa sumber daya pekerjaan dan sumber daya personal dapat membantu individu mengurangi dampak tekanan kerja.

Nilai koefisien determinasi sebesar:

$$R^2 = 0.479$$

Menunjukkan bahwa 47,9% variasi stres kerja dapat dijelaskan oleh dukungan sosial dan pengetahuan spiritual, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, kedua variabel tersebut memiliki peran penting dalam membantu menurunkan tingkat stres kerja pegawai.

### 4. Kesimpulan

Dalam kesimpulan tidak boleh ada referensi. Kesimpulan berisi fakta yang didapatkan, cukup menjawab permasalahan atau tujuan penelitian (jangan merupakan pembahasan lagi); Nyatakan kemungkinan aplikasi, implikasi dan spekulasi yang sesuai. Jika diperlukan, berikan saran untuk penelitian selanjutnya. Nyatakan simpulan secara terukur dan dalam kalimat berbentuk paragraf, bukan dalam bentuk *numbering/item-list*. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima pegawai, maka tingkat stres kerja yang dirasakan cenderung menurun. Dukungan sosial membantu pegawai memperoleh kenyamanan emosional, bantuan informasi, serta dukungan instrumental dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Pengetahuan spiritual juga berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pegawai. Pegawai yang memiliki pemahaman spiritual yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi, memaknai pekerjaan secara positif, serta menjaga ketenangan diri ketika menghadapi tekanan kerja. Selain itu, dukungan sosial dan pengetahuan spiritual secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres kerja pegawai di Inspektorat Provinsi Sulawesi Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan dukungan sosial dan penguatan pengetahuan spiritual dalam lingkungan kerja dapat menjadi strategi yang efektif dalam membantu pegawai

DOI: <https://doi.org/10.69693/ijmst.v4i2.8858>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

mengurangi stres kerja dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, organisasi diharapkan dapat terus menciptakan lingkungan kerja yang suportif serta mendukung pengembangan aspek spiritual pegawai melalui program-program organisasi yang relevan.

## Reference

- Adawiyah, W. R., & Pramuka, B. A. (2017). Scaling the notion of Islamic spirituality in the workplace. *Journal of Management Development*, 36(7), 877–898. <https://doi.org/10.1108/JMD-11-2015-0183>
- Aisyah, S. T. (2022). *Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai Dinas Tenaga Kerja Kab. Siak*. Universitas Islam Riau. <https://repository.uir.ac.id/18253/>
- Ashmos, D. P., & Duchon, D. (2000). Spirituality at work: A conceptualization and measure. *Journal of Management Inquiry*, 9(2), 134–145. <https://doi.org/10.1177/105649260092008>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Sanz-Vergel, A. I. (2014). Burnout and work engagement: The JD–R approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1, 389–411. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091235>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Fikri, F., Marianti, L., & Hidayat, A. (2023). The role of religiosity in reduce employee's work stress. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 210–220. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v8i2.19372>
- Gallup. (2024). *State of the global workplace 2024 report*. Gallup. <https://www.gallup.com/workplace/349484/state-of-the-global-workplace.aspx>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 26* (10th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Karadaş, A., & Duran, S. (2022). The effect of social support on work stress in health workers during the pandemic: The mediation role of resilience. *Journal of Community Psychology*, 50(3), 1640–1649. <https://doi.org/10.1002/jcop.22742>
- Natsir, U. D., Aulia, A. K. R., Haeruddin, M. I. W., Musa, M. I., & Hamka, R. A. (2025). Pengaruh beban kerja terhadap kinerja pegawai yang dimediasi oleh motivasi kerja pada Kantor Inspektorat Daerah Provinsi Sulawesi Selatan. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 4(3), 6436–6445.
- Putra, A. J., & Erwandi, D. (2025). Psychosocial factors and work stress in civil servants: A scoping review. *BKM Public Health and Community Medicine*, e20566–e20566. <https://doi.org/10.20473/jbk.v4i2.2025.20566>
- Rasyid, M. N., Agussalim, H. R., & Arnawati, A. (2021). The effect of intellectual and spiritual intelligence on the performance of employees in the capital investment service and integrated services in Makassar City. *Jurnal Ilmu Manajemen Profitability*, 5(1), 32–54. <https://doi.org/10.26618/profitability.v5i1.4767>
- Rohmadani, Z. V., & Khoiryasdien, A. D. (2023). Efforts to reduce stress by interpreting life from religious rituals lived by an individual. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 87–91. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i1.10467>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Alfabeta.
- United Nations. (1948). *Universal declaration of human rights*. <https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Werenfridus, W., Basith, A., & Hartoyo, A. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 8(2), 47–51. <https://doi.org/10.26737/jpdi.v8i2.4127>