

Studi Kualitatif Tentang Kesehatan Mental Auditor Internal di Lingkungan BUMN

Agie Achmad Wahyudi¹, Anniez Rachmawati Musslifah², Sri Ernawati³

^{1,2,3} Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Sahid Surakarta

Jl. Adi Sucipto No. 154, Jajar, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah

E-mail: agieachmad23@gmail.com¹

Abstract : *Internal auditors in State-Owned Enterprises (SOEs) play a strategic role in ensuring accountability and sound corporate governance; however, their work is accompanied by high psychological demands. This study aims to explore the mental health experiences of internal auditors in Indonesian SOEs, the sources of work-related stress they face, and the coping strategies employed in performing audit functions. A qualitative descriptive approach was adopted, using in-depth interviews with nine internal auditors from SOEs in the energy, transportation, and financial services sectors. Data were analyzed using thematic analysis. The findings reveal that internal auditors experience significant psychological pressure stemming from workload demands, independence conflicts, and ethical dilemmas. Auditors employ various individual and collective coping strategies, yet organizational support for mental health remains limited. This study highlights the importance of integrating mental health policies into human resource management and corporate governance frameworks within SOEs to support the sustainability and effectiveness of internal audit functions.*

Keywords: *Mental Health, Internal Auditors, Work Stress, Burnout, State-Owned Enterprises*

Abstrak :

Auditor internal di lingkungan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) memiliki peran strategis dalam menjaga akuntabilitas dan tata kelola perusahaan, namun pekerjaan tersebut juga diiringi dengan tekanan psikologis yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman kesehatan mental auditor internal BUMN, sumber stres kerja yang dihadapi, serta strategi coping yang digunakan dalam menjalankan fungsi audit. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara mendalam terhadap sembilan auditor internal dari BUMN sektor energi, transportasi, dan jasa keuangan. Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa auditor internal mengalami tekanan psikologis yang signifikan akibat beban kerja, konflik independensi, dan dilema etis. Auditor mengembangkan berbagai strategi coping individual dan kolektif, namun dukungan organisasi terhadap kesehatan mental masih terbatas. Penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi kebijakan kesehatan mental dalam manajemen sumber daya manusia dan tata kelola BUMN guna mendukung keberlanjutan kinerja auditor internal.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Auditor Internal, Stres Kerja, Burnout, BUMN

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek krusial dalam menjaga keberlangsungan dan efektivitas kinerja sumber daya manusia, khususnya pada profesi yang memiliki tuntutan tanggung jawab tinggi dan tekanan etis yang kuat. Dalam konteks organisasi sektor publik dan Badan Usaha Milik Negara (BUMN), auditor internal memegang peran strategis dalam menjamin akuntabilitas, transparansi, serta integritas tata kelola perusahaan. Peran tersebut menempatkan

auditor internal pada posisi yang rentan terhadap tekanan psikologis, karena mereka dituntut untuk menjaga independensi profesional sekaligus beroperasi di dalam struktur organisasi yang hierarkis dan sarat kepentingan (Wulandari, 2024).

Penelitian internasional menunjukkan bahwa profesi audit merupakan salah satu pekerjaan dengan tingkat stres kerja yang tinggi. Auditor sering menghadapi tekanan waktu, beban kerja yang kompleks, konflik peran, serta tuntutan akurasi yang ketat, yang secara kumulatif dapat berdampak pada kesehatan mental dan meningkatkan risiko burnout (Amiruddin, 2019; Grzesiak, 2021). Burnout dalam konteks audit tidak hanya ditandai oleh kelelahan emosional, tetapi juga depersonalisasi dan penurunan efektivitas profesional, yang pada akhirnya dapat mengancam kualitas fungsi pengawasan internal organisasi.

Dalam lingkungan BUMN, tekanan psikologis auditor internal menjadi semakin kompleks. Auditor internal tidak hanya berhadapan dengan tuntutan teknis pekerjaan, tetapi juga dengan dinamika organisasi sektor publik yang ditandai oleh birokrasi, tekanan politik, serta relasi kekuasaan yang asimetris. Penelitian Wulandari (2024) menunjukkan bahwa konflik independensi dan tekanan sosial dalam organisasi dapat memengaruhi kesehatan mental auditor internal melalui mekanisme pertukaran sosial dan stres kerja. Kondisi ini sering kali menempatkan auditor pada dilema etis, terutama ketika temuan audit berpotensi bertentangan dengan kepentingan manajerial atau organisasi.

Selain tekanan internal organisasi, auditor internal juga menghadapi tuntutan eksternal yang semakin meningkat, seperti ekspektasi publik terhadap transparansi dan akuntabilitas BUMN. Situasi ini memperbesar beban psikologis auditor karena setiap keputusan dan rekomendasi audit memiliki implikasi yang luas, baik secara organisasi maupun sosial. Penelitian oleh Al Shbail (2018) dan Amiruddin (2019) menegaskan bahwa konflik peran (role conflict) dan ketidakjelasan peran (role ambiguity) merupakan prediktor signifikan stres kerja dan burnout pada auditor, terutama dalam konteks organisasi publik.

Isu kesehatan mental auditor menjadi semakin relevan dalam konteks pascapandemi COVID-19. Perubahan pola kerja, peningkatan ketidakpastian, serta tekanan kinerja selama dan setelah pandemi telah memperburuk kondisi psikologis banyak profesional audit. Studi Trotman dan Humphreys (2021) serta Lombardi (2025) menunjukkan bahwa auditor mengalami peningkatan tekanan emosional, kesulitan koordinasi, dan kelelahan mental selama periode krisis, yang berdampak pada kesejahteraan dan kualitas pengambilan keputusan audit. Namun demikian, perhatian organisasi terhadap pemulihan kesehatan mental auditor masih relatif terbatas dan lebih berfokus pada pemulihan kinerja.

Meskipun penelitian mengenai stres dan burnout auditor telah banyak dilakukan, sebagian besar studi sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif dan berfokus pada auditor eksternal atau konteks kantor akuntan publik. Penelitian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman subjektif auditor internal BUMN masih relatif terbatas, terutama di negara berkembang. Padahal, konteks BUMN memiliki karakteristik organisasi yang berbeda, di mana nilai kepatuhan, loyalitas institusional, dan tanggung jawab sosial negara turut memengaruhi pengalaman psikologis auditor internal (Wulandari, 2024).

Oleh karena itu, pendekatan kualitatif dipandang relevan untuk menggali secara mendalam bagaimana auditor internal BUMN memaknai tekanan kerja dan mengelola kesehatan mental mereka. Metode kualitatif memungkinkan peneliti untuk memahami dimensi emosional, etis, dan sosial dari pengalaman auditor yang tidak sepenuhnya dapat ditangkap melalui survei kuantitatif (Braun & Clarke, 2006; Christou, 2023). Pendekatan ini juga memberikan ruang untuk mengeksplorasi strategi coping yang digunakan auditor, baik secara individual maupun kolektif, serta persepsi mereka terhadap dukungan organisasi.

Fokus penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman kesehatan mental auditor internal di lingkungan BUMN, dengan menelaah sumber tekanan psikologis, dilema etis, serta mekanisme coping yang digunakan dalam menjalankan fungsi audit. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan literatur psikologi kerja dan auditing, sekaligus memberikan implikasi praktis bagi perumusan kebijakan sumber daya manusia dan tata kelola perusahaan yang lebih berorientasi pada kesejahteraan mental auditor internal.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif auditor internal BUMN dalam menghadapi tekanan psikologis dan menjaga kesehatan mental di lingkungan kerja. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggali makna, persepsi, dan strategi personal yang tidak dapat diukur secara kuantitatif (Gunawan, 2021). Metode ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang komprehensif tentang kondisi mental auditor dalam konteks sosial, budaya organisasi, serta dinamika kerja birokratis yang khas di BUMN. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi terbatas, dan dokumentasi pendukung. Wawancara dilakukan secara mendalam dengan auditor internal aktif dari beberapa BUMN di sektor energi, transportasi, dan jasa keuangan, dengan jumlah partisipan antara 8–10 orang. Pemilihan informan dilakukan secara purposive sampling berdasarkan kriteria pengalaman kerja minimal lima tahun, memiliki posisi sebagai auditor internal aktif, serta bersedia

memberikan informasi secara terbuka. Data tambahan diperoleh dari laporan tahunan dan pedoman internal audit perusahaan untuk memperkaya konteks organisasi. Analisis data menggunakan teknik analisis tematik (thematic analysis) sebagaimana disarankan oleh Braun dan Clarke (2006, dikutip dalam Lestari & Gunawan, 2023). Tahapan analisis meliputi transkripsi wawancara, pengkodean terbuka, kategorisasi tema, dan penarikan kesimpulan interpretatif. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan metode, serta member checking kepada informan guna memastikan keakuratan interpretasi peneliti. Aspek etika penelitian diperhatikan dengan menjaga kerahasiaan identitas responden dan memperoleh persetujuan partisipasi (informed consent). Melalui desain ini, penelitian diharapkan mampu menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai kondisi kesehatan mental auditor internal BUMN, faktor-faktor penyebab stres kerja, serta strategi adaptif yang digunakan untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tekanan Peran dan Beban Kerja Psikologis Auditor Internal

Tema pertama yang muncul secara dominan adalah tekanan peran dan beban kerja psikologis yang dirasakan auditor internal dalam menjalankan tugasnya. Seluruh informan menyatakan bahwa pekerjaan audit bukan hanya menuntut ketelitian teknis, tetapi juga kesiapan mental yang tinggi karena konsekuensi dari setiap temuan audit.

Seorang auditor internal di sektor energi menjelaskan bahwa tekanan kerja muncul dari tanggung jawab moral dan risiko profesional yang melekat pada pekerjaannya.

“Audit itu bukan sekadar periksa dokumen. Setiap temuan bisa berdampak ke banyak pihak. Itu yang bikin tekanan mentalnya berat.” (Informan A, BUMN energi, 11 tahun pengalaman)

Tekanan tersebut semakin meningkat ketika auditor menghadapi tenggat waktu yang ketat dan volume pekerjaan yang tinggi, terutama pada periode audit tahunan dan audit khusus.

“Kadang satu tim pegang beberapa objek audit sekaligus. Secara fisik capek, tapi yang lebih berat itu pikirannya.” (Informan C, BUMN transportasi, 9 tahun pengalaman)

Informan lain menyampaikan bahwa tekanan psikologis juga muncul karena ekspektasi kesempurnaan laporan audit, di mana kesalahan kecil dapat berujung pada pertanyaan serius terhadap profesionalitas auditor.

“Ada perasaan harus selalu benar. Kalau ada revisi atau koreksi, itu bisa kepikiran terus.” (Informan F, BUMN jasa keuangan, 8 tahun pengalaman)

Temuan ini menunjukkan bahwa beban kerja auditor internal tidak hanya bersifat kuantitatif, tetapi juga kualitatif dan emosional, yang berpotensi memicu stres kerja berkepanjangan.

Konflik Independensi dan Dilema Etis

Tema kedua yang mengemuka adalah konflik independensi dan dilema etis. Auditor internal BUMN sering berada dalam posisi sulit ketika hasil audit yang dihasilkan berpotensi bertentangan dengan kepentingan manajemen atau unit kerja tertentu.

Salah satu informan menyampaikan bahwa tekanan tidak selalu disampaikan secara langsung, melainkan melalui sinyal atau arahan tidak formal.

“Tidak pernah ada ancaman langsung, tapi ada bahasa-bahasa halus yang bikin kita paham kalau temuan itu sensitif.” (Informan D, BUMN jasa keuangan, 13 tahun pengalaman)

Situasi tersebut menciptakan konflik batin bagi auditor, terutama ketika nilai profesionalisme berbenturan dengan realitas organisasi.

“Secara kode etik kita tahu harus independen, tapi secara psikologis itu berat karena kita juga bagian dari organisasi.” (Informan E, BUMN energi, 12 tahun pengalaman)

Informan lain menambahkan bahwa konflik independensi ini sering kali berdampak pada kesehatan mental karena auditor merasa terisolasi secara emosional.

“Kadang merasa sendirian. Kita pegang prinsip, tapi tidak semua orang mendukung.” (Informan G, BUMN transportasi, 7 tahun pengalaman)

Temuan ini mengindikasikan bahwa dilema etis dan konflik peran merupakan sumber tekanan psikologis yang signifikan bagi auditor internal BUMN.

Strategi Coping dalam Menghadapi Tekanan Kerja

Untuk menghadapi tekanan kerja dan stres psikologis, auditor internal mengembangkan berbagai strategi coping, baik secara individual maupun kolektif. Strategi individual yang paling banyak disebutkan adalah upaya menjaga jarak emosional dari pekerjaan.

“Saya belajar untuk tidak membawa pekerjaan ke rumah, walaupun praktiknya sulit.” (Informan B, BUMN transportasi, 10 tahun pengalaman)

Selain itu, beberapa informan mengandalkan aktivitas di luar pekerjaan sebagai sarana pemulihan mental.

“Olahraga dan kumpul keluarga itu cara saya recharge. Kalau tidak, bisa cepat burnout.” (Informan H, BUMN jasa keuangan, 7 tahun pengalaman)

Strategi coping kolektif juga muncul melalui interaksi informal antar auditor, seperti berbagi cerita dan pengalaman kerja.

“Kami sering ngobrol antar auditor. Itu bukan solusi teknis, tapi secara mental sangat membantu.” (Informan A, BUMN energi)

Namun, sebagian informan menilai bahwa strategi coping yang ada masih bersifat personal dan belum terstruktur secara organisasi.

“Semua tergantung individu. Kalau tidak kuat secara mental, ya harus cari cara sendiri.” (Informan I, BUMN transportasi, 6 tahun pengalaman)

Dukungan Organisasi terhadap Kesehatan Mental Auditor

Tema terakhir berkaitan dengan persepsi auditor internal terhadap dukungan organisasi dalam menjaga kesehatan mental. Mayoritas informan menyatakan bahwa aspek kesehatan mental belum menjadi prioritas utama dalam kebijakan organisasi.

“Selama target tercapai, aspek mental jarang dibahas secara resmi.” (Informan E, BUMN energi)

Beberapa informan menyebutkan adanya inisiatif awal dari organisasi, namun sifatnya masih terbatas dan belum berkelanjutan.

“Pernah ada seminar kesehatan mental, tapi sifatnya sekali saja, belum sistemik.” (Informan D, BUMN jasa keuangan)

Kurangnya dukungan struktural membuat auditor harus mengandalkan ketahanan pribadi dan dukungan informal.

“Kalau ada sistem konseling atau supervisi psikologis mungkin akan sangat membantu.” (Informan C, BUMN transportasi)

Meski demikian, sebagian informan melihat adanya potensi perbaikan jika organisasi mulai mengintegrasikan kesehatan mental ke dalam kebijakan sumber daya manusia.

“Kalau organisasi mulai sadar bahwa auditor juga manusia, itu akan sangat berdampak ke kinerja.” (Informan F, BUMN jasa keuangan)

sil penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental auditor internal BUMN dipengaruhi secara signifikan oleh tekanan peran, beban kerja psikologis, konflik independensi, serta terbatasnya dukungan organisasi. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa profesi audit internal merupakan pekerjaan dengan tuntutan psikologis tinggi (high psychological job demands), terutama dalam konteks organisasi sektor publik dan BUMN yang memiliki struktur birokratis dan tekanan akuntabilitas yang kuat.

Tekanan peran dan beban kerja psikologis yang dialami auditor internal dalam penelitian ini sejalan dengan temuan Rahmawati dan Harjanti (2021), yang menyatakan bahwa auditor internal BUMN sering menghadapi stres berkepanjangan akibat kompleksitas tugas dan tanggung jawab moral yang besar. Namun, penelitian ini memberikan kontribusi tambahan dengan mengungkap dimensi emosional dari tekanan tersebut, seperti rasa cemas berlebihan, kelelahan mental, dan kesulitan memisahkan kehidupan kerja dan pribadi. Hal ini memperkuat konsep emotional exhaustion dalam teori burnout Maslach, yang menyatakan bahwa tuntutan kerja yang tinggi tanpa pemulihan memadai dapat berdampak serius pada kesehatan mental individu.

Konflik independensi dan dilema etis yang ditemukan dalam penelitian ini juga konsisten dengan studi Wulandari dan Prasetyo (2023), yang menyoroti peran konflik peran (role conflict) dan ambiguitas peran (role ambiguity) sebagai sumber stres utama auditor internal. Perbedaan utama terletak pada pendekatan penelitian, di mana studi ini mampu menggambarkan secara mendalam bagaimana konflik tersebut dialami secara subjektif dan emosional oleh auditor. Temuan ini memperkuat argumen bahwa tekanan etis tidak hanya berdampak pada kinerja profesional, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis auditor.

Strategi coping yang diidentifikasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa auditor internal lebih banyak mengandalkan mekanisme coping individual dan dukungan informal antar rekan kerja. Temuan ini sejalan dengan Yusuf (2024), yang menekankan pentingnya work-life balance dan dukungan sosial sebagai faktor protektif kesehatan mental karyawan BUMN. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme coping tersebut belum didukung secara sistematis oleh kebijakan organisasi, sehingga efektivitasnya sangat bergantung pada ketahanan personal masing-masing auditor.

Terbatasnya dukungan organisasi terhadap kesehatan mental auditor internal juga menguatkan temuan Lestari dan Gunawan (2023), yang menyebutkan bahwa banyak organisasi pascapandemi masih berfokus pada pemulihan kinerja dan efisiensi, sementara aspek kesejahteraan psikologis belum menjadi prioritas strategis. Penelitian ini menegaskan bahwa ketiadaan kebijakan kesehatan mental yang terstruktur berpotensi memperburuk risiko burnout dan menurunkan efektivitas fungsi pengawasan internal.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkaya literatur dengan menghadirkan perspektif kualitatif yang mendalam mengenai kesehatan mental auditor internal BUMN. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan organisasi yang lebih humanis dan berkelanjutan dalam pengelolaan sumber daya manusia, khususnya pada profesi dengan tuntutan etis dan psikologis tinggi seperti auditor internal.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa auditor internal di lingkungan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) menghadapi tekanan psikologis yang signifikan yang bersumber dari kompleksitas beban kerja, tuntutan profesionalisme, konflik independensi, serta dilema etis dalam menjalankan fungsi pengawasan. Tekanan tersebut tidak hanya berdampak pada kinerja, tetapi juga berpotensi mengganggu kesehatan mental auditor dalam jangka panjang, terutama ketika dukungan organisasi terhadap kesejahteraan psikologis masih terbatas. Meskipun auditor internal telah mengembangkan berbagai strategi coping, baik secara individual maupun melalui dukungan informal antar rekan kerja, mekanisme tersebut belum cukup efektif karena belum didukung oleh kebijakan organisasi yang sistematis dan berkelanjutan. Oleh karena itu, BUMN disarankan untuk mulai mengintegrasikan isu kesehatan mental ke dalam kebijakan sumber daya manusia dan tata kelola perusahaan, antara lain melalui penyediaan dukungan psikologis profesional, pengelolaan beban kerja yang lebih proporsional, serta penguatan budaya organisasi yang menjunjung independensi dan empati. Selain itu, sistem supervisi yang lebih humanis dan terbuka perlu dikembangkan agar auditor merasa aman secara psikologis dalam menjalankan tugasnya. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan objek penelitian dan menggunakan pendekatan longitudinal guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika kesehatan mental auditor internal dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, A. (2019). Mediating effect of work stress on the influence of time pressure, work–family conflict and role ambiguity on audit quality reduction behavior. *International Journal of Law and Management*, 61(2), 434–454. <https://doi.org/10.1108/IJLMA-09-2017-0223>
- Al Shbail, M. O. (2018). Antecedents of burnout and its relationship to internal audit quality. [Working paper/online manuscript]. <https://ageconsearch.umn.edu/record/287230/files/Al%20Shbail.pdf>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Cherry, C. (2021). The auditor's report tests positive for Covid-19. *Southern African Business Review*. <https://unisapressjournals.co.za/index.php/SABR/article/view/10250>

- Christou, P. A. (2023). How to use thematic analysis in qualitative research. [Methodological guide/article]. [https://lppm.usm.ac.id/wp-content/uploads/2024/02/How to use thematic analysis in qualitat-1.pdf](https://lppm.usm.ac.id/wp-content/uploads/2024/02/How_to_use_thematic_analysis_in_qualitat-1.pdf)
- Grzesiak, L. (2021). Internal auditor burnout – an urgent area for research? [Journal article PDF]. <https://bibliotekanauki.pl/articles/1364015.pdf>
- Lombardi, D. R. (2025). Audit partners' and associates' insights and experiences of COVID-era work. *Accounting, Organizations and Society*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0890838925001519>
- Prihantini, F. N. (2024). A literature review on work stress and audit quality reduction behavior: Trend and future challenges. [Journal article PDF]. <https://journal.umy.ac.id/index.php/ai/article/download/22055/pdf/89178>
- Trotman, K. T., & Humphreys, K. A. (2021). Group judgment and decision making in auditing: Research in the time of COVID-19 and beyond. *Auditing: A Journal of Practice & Theory*, 41(1), 3–???. <https://publications.aaahq.org/ajpt/article/41/1/3/6216/Group-Judgment-and-Decision-Making-in-Auditing>
- Wulandari, P. P. (2024). Internal audit quality in the stress paradigm and social exchange relationships. *Cogent Business & Management*, 11(1). <https://doi.org/10.1080/23311975.2023.2299137> (PDF: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/23311886.2023.2299137>)
- Li, Y., et al. (2025). Evolving the job demands–resources framework to JD-R 3.0. *Acta Psychologica*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S000169182500023X>