



Tingginya Beban Kerja sebagai Penyebab Stres Kerja Polisi Sabhara

Jeslin Zevania Santosa¹, Agustin Rahmawati², Rinto Wahyu Widodo³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Universitas Merdeka Malang, Jl. Terusan Raya Dieng 62-64 Malang
e-mail: jeslinzevanias@unmer.ac.id¹, agustin.rahmawati@unmer.ac.id²,
rinto.widodo@unmer.ac.id³

ABSTRAK

Kata Kunci:

beban kerja
polisi
stres kerja

Stres kerja merupakan tekanan yang kerap kali dialami oleh individu di tempat kerja dimana terdapat perubahan perilaku menyimpang dari fungsi biasanya. Stres kerja dapat memberikan dampak negatif apabila tidak segera diatasi. Stres kerja seringkali dialami oleh polisi khususnya Sabhara karena pekerjaannya berhubungan langsung dengan masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada anggota polisi Sabhara Polres Batu. Penelitian ini bersifat kuantitatif. Sampel pada penelitian ini berjumlah 60 responden yang merupakan anggota Sabhara di Polres Batu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh dengan alat ukur skala beban kerja dan skala stres kerja dalam bentuk skala likert. Hasil penelitian menurut data analisis regresi linier sederhana menjelaskan bahwa ada pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja sebesar 83,5%.

ABSTRACT

Keyword:

police
workload
work stress

Job stress is a pressure that is often experienced by individuals at work where there are changes in behavior that deviate from their usual functions. Work stress can have a negative impact if not addressed immediately. Work stress is often experienced by the police, especially Sabhara, because their work is directly related to the community. The purpose of this study was to determine whether there was an effect of workload on work stress on members of the Sabhara Polres Batu Police. This research is quantitative. The sample in this study was 60 respondents who were Sabhara members at the Batu Police. The sampling technique uses a saturated sampling technique with a measuring tool for the workload scale and work stress scale in the form of a Likert scale. The research results according to simple linear regression analysis data explain that there is an influence between workload and work stress of 83.5%.

PENDAHULUAN

Peranan polisi terbilang sangat penting bila mengacu pada Undang-Undang No 2 tahun 2002 pasal 13 mengenai tugas pokok Kepolisian Negara Republik Indonesia sangat penting. Beberapa tugas pokoknya di antaranya: memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat. Dalam menjalankan tugasnya, institusi kepolisian memiliki sejumlah unit (korps) yang memiliki tugas dan peran yang berbeda-beda, yaitu: Sabhara, Brimob, Propam, *Disaster Victim Identification* (DVI), Inafis, Lapfor, Densus 88, Polisi Pantai, Polisi Pariwisata, Unit K-9. Salah satu unit kepolisian yang berkaitan dengan penelitian ini adalah korps Sabhara. Sabhara singkatan dari Samapta Bhayangkara. Satuan ini bertugas menyelenggarakan dan membina fungsi Samapta Bhayangkara yang mencakup tugas umum polisi, di antaranya adalah penjagaan, pengaturan, pengawalan, pengamanan, patroli, dan pengendalian massa [1].

Sabhara merupakan satuan kepolisian di lapangan yang sering berhadapan langsung dengan masyarakat. Satuan ini memiliki jam kerja mulai jam 7 pagi hingga 4 sore dan dilanjutkan dengan piket bergantian hingga larut malam. Jam kerja satuan ini dapat dikatakan tidak menentu, tergantung pada ada atau tidaknya kejadian yang mewajibkan anggota Sabhara untuk bekerja dan berjaga hingga 24 jam [2]. Selain itu, Sabhara memiliki tugas penting terkait dengan patroli dan pengamanan di tempat-tempat wisata, seperti di Kota Batu, khususnya saat *week end* atau *long week end*. Sebab pada saat *week end* atau *long week end* Kota Batu sering dipadati oleh wisatawan yang berasal dari berbagai tempat, baik untuk sekedar berkunjung atau beristirahat selama beberapa hari. Hal ini dilakukan untuk memberikan rasa aman bagi masyarakat. Kegiatan patroli dan pengamanan ini menjadi sangat penting mengingat tingkat kriminalitas kota Batu meningkat hingga 10% tahun 2023 [3]. Bukan hanya itu, Sabhara juga melakukan tugas pengamanan pada kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh Organisasi Masyarakat. Kegiatan ORMAS yang kerap dilakukan di Kota Batu juga memerlukan Sabhara dalam pelaksanaannya. Seperti yang ditemukan pada website resmi Pemerintahan Kota Batu dimana 250 ORMAS dikumpulkan oleh Pemerintah Kota Batu di Graha Pancasila Balaikota Among Tani Pemkot Batu untuk mendapatkan pembinaan khusus guna mewaspadai sekaligus mencegah terjadinya radikalisme di kota Batu. Gambaran mengenai jam kerja dan tuntutan tugas diatas rentan menimbulkan stres kerja yang tinggi pada anggota Sabhara.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat stres kerja pada anggota sabhara di Kota Batu, dengan melakukan wawancara pada 10 orang. Wawancara dilakukan terhadap 10 anggota Sabhara Polres Batu dimana 9 diantaranya menyatakan stres sedangkan 1 lainnya mengatakan biasa-biasa saja. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa anggota Sabhara Polres Batu mengalami stres kerja akibat tuntutan pekerjaan. Sebagai anggota kepolisian, anggota satuan Sabhara seharusnya memiliki resiliensi yang tinggi dalam menghadapi stres kerja. Namun kenyataannya 9 dari 10 anggota Sabhara menyatakan mengalami stres kerja. Bila kondisi ini tidak diatasi, maka anggota Sabhara dapat memiliki potensi atau

prevalensi lebih besar untuk mengalami bentuk gangguan stres berupa masalah tidur [4]; mengambil absen [5]; memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi [6]; menyebabkan masalah seperti kinerja pekerjaan yang buruk, masalah perkawinan, kekerasan dalam rumah tangga, *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD), depresi, bunuh diri dan penyalahgunaan alkohol [7].

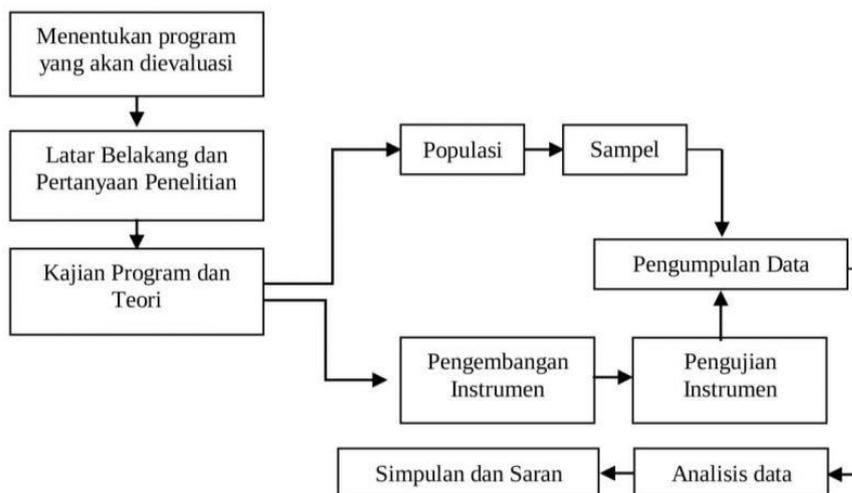
Stres kerja didefinisikan sebagai sebagai suatu kondisi yang dihasilkan dari interaksi antara individu dan pekerjaan mereka dan didefinisikan oleh perubahan perilaku orang yang menyebabkan mereka menyimpang dari mode fungsi biasanya [8]. Stres kerja dapat menimbulkan dampak negatif pada orang yang mengalaminya. Beberapa dampaknya seperti kinerja menurun [9]. Selanjutnya stres kerja juga dapat menimbulkan dampak parah pada gejala fisik, psikologis, dan intelektual [10]. Sedangkan kategori dampak atau akibat dari stres kerja menjadi tiga gejala yaitu fisiologis, psikologi, dan perilaku. Perubahan metabolisme disebabkan oleh faktor fisik atau fisiologis, seperti sering sakit kepala atau pusing, tekanan darah tinggi, dan pemicu serangan jantung. Sedangkan gejala Psikologis yang mungkin terjadi adalah agresif, sedih, gugup, khawatir, dan cemas terhadap individu lain. [11]

Stres kerja dipengaruhi oleh sejumlah faktor, diantaranya: faktor lingkungan. Keadaan lingkungan organisasi yang mengalami perubahan yang tidak pasti dapat menimbulkan stres seperti perilaku atasan, kebersamaan, dan keamanan serta keselamatan dalam pekerjaan yang kurang. Faktor lain yaitu faktor organisasional, meliputi tuntutan pekerjaan ataupun tugas yang berlebihan [12]. Individu yang bekerja dengan *deadline* kerja yang tidak realistis, ambisi yang berlebihan, target kerja serta konflik yang tidak selesai merupakan salah satu stimulus stres [13]. Beban kerja yang berlebihan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang buruk seperti depresi, *distress*, kelelahan, dan *burnout* dan tingkat kesehatan fisik yang lebih rendah [14].

Peneliti memilih beban kerja sebagai variabel bebas dalam penelitian ini, karena secara teori beban kerja memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kinerja sumber daya manusia serta kesehatan dan keselamatan kerja karyawan [15]. Hal ini didukung oleh hasil-hasil penelitian terdahulu, diantaranya: tingkat kenyamanan bekerja dapat berkurang akibat dari beban kerja yang tinggi serta pekerjaan yang tidak aman. Hal ini dapat menyebabkan turunnya produktivitas kerja anggota polisi [16]; Nugrahini (2014) menemukan bahwa stres kerja diinduksi oleh beban kerja, dengan proporsi 33,87% dalam kategori sedang, pada penelitian sebelumnya tentang beban kerja dan stres kerja pada anggota polisi di Surakarta [17]; penelitian Hayati & Faridah (2013) mengungkapkan bahwa stres kerja dipengaruhi oleh beban kerja dengan proporsi sebesar 85,2% pada kelompok sedang [18].

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Anggota Polisi Sabhara Polres Batu”. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada anggota polisi Sabhara di Polres batu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada anggota Polisi Sabhara Polres Batu.

METODE



Gambar 1. Bagan Metode Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel diantaranya beban kerja (x) dan stres kerja (y). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang berguna untuk mengetahui hubungan dan pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Polisi Sabhara Polres Batu yang berjumlah 60 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik sampling jenuh. Adapun alasan penggunaan teknik sampling jenuh karena partisipan yang relatif kecil atau kurang dari 100 partisipan sehingga memberi kesempatan kepada semua anggota untuk dijadikan sebagai partisipan penelitian serta membuat generalisasi dengan kesalahan sangat kecil.. Selanjutnya untuk mengukur persepsi responden menggunakan *skala likert*. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur skala beban kerja dan skala stres kerja. Skala beban kerja menggunakan aspek beban kerja berdasarkan teori Gawron (dalam Hidayati & Mulyana, 2021) meliputi: beban waktu, beban mental, dan beban fisik. Sedangkan skala stres kerja menggunakan aspek stres kerja yang meliputi perilaku, psikologis, dan fisiologis berdasarkan teori Robbins dan Judge (2013).

Pengolahan analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu menggunakan SPSS 16. Validitas alat ukur berfungsi mengukur terkait kecemasan dan ketepatan instrument alat ukur sebagai tugas alat ukur. Saat menyeleksi aitem mendapat skor nilai di atas 0,30 bisa disebut aitem yang valid, dan yang mendapat nilai dibawah 0.30 dianggap tidak valid dan tidak dipakai, aitem lainnya bisa analisis lebih lanjut untuk diperbaiki [19]. Hasil uji validitas menunjukkan pada skala Stres Kerja, 2 aitem dinyatakan gugur dan 58 aitem yang valid, sedangkan pada skala Beban Kerja 20 diantaranya gugur, sehingga ada 40 aitem yang valid. Ghazali (2018) berpendapat, reliabilitas adalah instrumen yang dinyatakan reliabel apabila hasil jawaban individu terhadap pernyataan terlihat konsisten [20]. Skala Stres Kerja memiliki koefisien reliabilitas 0,971, sedangkan skala Beban Kerja memiliki koefisien reliabilitas 0,905. Kedua skala menunjukkan angka yang mendekati angka 1,00, Sehingga skala tersebut memiliki

kategori layak serta reliabel untuk dipakai dalam penelitian. Adapun syarat uji yang berkaitan dengan uji analisis data dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Subjek

Tabel 1. Gambaran Distribusi Sabhara di polres Batu

Variabel		n	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	51	85%
	Perempuan	9	15%
Usia	<20	1	1,7%
	21-30	45	74,5%
	31-40	8	13,6%
	41-50	5	8,5%
	>50	1	1,7%

Pada penelitian ini didapatkan bahwa dari 60 responden yakni anggota Sabhara Polres Batu, jumlah sampel laki-laki (85%) lebih banyak dibandingkan dengan Perempuan (15%). Dalam kategori usia, sampel terbanyak memiliki rentang usia 21-30 tahun yang berjumlah 45 orang (74,5%). Secara keseluruhan data menunjukkan sampel terbesar adalah laki-laki dengan rentang usia 21-30.

Kategorisasi Data

Tabel 2. Kategorisasi Data Stres Kerja

No.	Kategori	Pedoman	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	$X < 116$	18	30%
2	Sedang	$116 \leq X < 174$	40	66,7%
3	Tinggi	$X \geq 174$	2	3,3%

Berdasarkan data diatas, stress kerja anggota Shabara paling banyak berada pada kategori sedang (66,7%). Ini berarti sebagian besar anggota Shabara mengalami perubahan perilaku yang menyebabkan mereka menyimpang dari mode fungsi biasanya.

Tabel 3. Kategorisasi Data Beban Kerja

No.	Kategori	Pedoman	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	$X < 80$	9	15%
2	Sedang	$80 \leq X < 120$	49	81,7%
3	Tinggi	$X \geq 120$	2	3,3%

Berdasarkan data diatas, beban kerja anggota Shabara paling banyak berada pada kategori sedang (81,7%). Ini berarti sebagian besar anggota Shabara mempersepsi pekerjaannya mengandung beban kerja lebih.

Hasil Uji Normalitas Data

Hasil uji normalitas menggunakan Uji *Kolmogrov-Smirnov* menyatakan bahwa variabel Stres Kerja dan Beban Kerja berdistribusi normal. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikan sebesar 0,200 yang artinya dua variabel tersebut dikatakan normal.

Hasil Uji Linearitas

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai Deviation from Linearity Sig. adalah 0,803 lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel Beban Kerja dengan variabel Stres Kerja.

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini yaitu menggunakan uji regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS, tujuan uji regresi linier sederhana yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara independent variable yaitu beban kerja dengan dependent variable yaitu stres kerja.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Model		Signifikansi	Keterangan
1	(Constant) Beban Kerja	.000	Terdapat pengaruh variabel beban kerja terhadap variabel stres kerja

Dependent Variabel: Stres Kerja

Pada tabel di atas variabel Beban Kerja sebesar 0.000. Skor signifikan $0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh antar Beban Kerja terhadap Stres Kerja.

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Linier antara Beban Kerja terhadap Stres Kerja

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.914 ^a	.835	.833	.12.67408

Predictors: (Constant), Beban Kerja

Dependent variabel: Stres Kerja

Pada uraian tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Anggota Polisi Sabhara Polres Batu sebesar 83,5%. Tabel tersebut menjelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,914. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R square) sebesar 0,835, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (beban kerja) terhadap variabel terikat (stres kerja) adalah sebesar 83,5%.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh dari Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Anggota Polisi Sabhara Polres Batu. Berdasarkan dari hasil uji hipotesis dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antar variabel Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Anggota Polisi Sabhara Polres Batu. Hal itu sesuai dengan hipotesis awal penelitian.

Beban kerja menurut Gawron merupakan tuntutan pekerjaan yang hasil pekerjaannya berupa prestasi yang harus diraihnya berdasarkan tenggat waktu yang ditentukan Perusahaan. Beban kerja meliputi beban fisik, mental, dan waktu. Beban kerja merupakan faktor yang mempengaruhi banyak hal. Berdasarkan penelitian terdahulu beban kerja dapat berhubungan atau mempengaruhi kepuasan kerja [21], kinerja [22], dan stres kerja [23].

Dalam penelitian ini, didapati bahwa beban kerja memiliki hubungan dengan arah positif dengan stress kerja (lihat nilai R). Artinya semakin tinggi beban kerja, semakin tinggi pula stres kerja, atau sebaliknya semakin rendah beban kerja, semakin rendah pula stres kerja. Beban kerja

memberikan sumbangan efektif terhadap stres kerja sebesar 83%. Artinya kontribusi beban kerja sangat besar menimbulkan stres kerja.

Stres kerja menurut Robbins dan Judge merupakan suatu keadaan dinamis dimana seseorang dihadapkan pada kesempatan, keterbatasan atau tuntutan yang berkaitan dengan keinginannya, dan yang hasilnya dipandang tidak pasti tetapi penting. Stres kerja meliputi aspek fisiologis, psikologis, dan perilaku. Stres kerja dalam hal ini merupakan akibat dari beban kerja. Orang yang mengalami stres kerja dapat dilihat dari *somnambulisme* (tidak dapat tidur), merokok berat, peminum minuman keras, khawatir, mudah tersinggung, gelisah, sulit berkonsentrasi dalam pengambilan keputusan, dan masa-masa lelah yang panjang [24].

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa beban kerja anggota Sabhara Polres Batu diketahui bahwa mayoritas responden menunjukkan beban kerja dalam kategori sedang yaitu sebanyak 81,7%. Berdasarkan klasifikasi beban kerja berdasarkan kebutuhan kalori, beban kerja sedang menggunakan 201-350 Kkal/jam. Sedangkan Beban Kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan pekerja akan menyebabkan kelelahan kerja dari level yang ringan hingga ke tingkat yang berat [25]. Berikut dapat diketahui bahwa anggota polisi Sabhara Polres Batu jika dilihat dari hasil kategori data penelitian terhadap variabel Stres Kerja menyatakan bahwa 66,7% responden termasuk dalam kategori sedang. Stres sedang adalah stres yang dihadapi seseorang dalam jangka waktu yang lebih lama, biasanya dalam beberapa jam sampai beberapa hari dan biasanya mulai menimbulkan gejala. Respon dari tingkat stres sedang didapat gangguan pada lambung dan usus misalnya maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan pada otot, gangguan pola tidur, perubahan siklus menstruasi, daya konsentrasi dan daya ingat menurun. Contoh dari stresor yang menimbulkan stres sedang adalah kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan baru, dan anggota keluarga yang pergi dalam waktu yang lama [26].

Jumlah anggota Sabhara di dominasi oleh anggota berjenis kelamin laki-laki daripada Perempuan. Adapun usia anggota Sabhara di dominasi oleh anggota dengan rentang usia 21-30 tahun. Sebagian besar anggota Sabhara mengalami perubahan perilaku yang menyebabkan mereka menyimpang dari mode fungsi biasanya. Hal ini berhubungan dengan sebagian besar anggota Sabhara mempersepsi pekerjaan mengandung beban kerja lebih. Dengan data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Sabhara Polres Batu berada pada kategori usia dewasa awal. Usia dewasa awal (20-30 tahun) memiliki karakteristik yaitu merupakan usia produktif, masa pengaturan, masa komitmen, dan adanya kemampuan untuk menyatukan identitas diri dengan identitas orang lain tanpa takut kehilangan identitas tersebut. Sedangkan bagi tugas perkembangannya yaitu pada usia dewasa awal merupakan masa bekerja, mulai membina keluarga, mengambil tanggung jawab sebagai warga negara [27]. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa anggota polisi Sabhara Polres Batu mempunyai kemampuan untuk menghadapi segala permasalahan yang muncul sebagai suatu stressor yang akan mempengaruhi perilaku dalam pekerjaannya. Maka dari itu kategorisasi variabel beban kerja dan stres kerja masih berada dalam kategori sedang.

Hasil penelitian menunjukkan pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada anggota Sabhara Polres Batu memiliki persentase yang tinggi yaitu 83,5%. Hal ini membuktikan bahwa beban kerja merupakan faktor yang memberikan pengaruh terhadap stres kerja bagi anggota Sabhara Polres Batu sebanyak 83,5%, sedangkan 16,5% disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Keterbatasan dalam penelitian ini sebatas pada pengukuran pengaruh beban kerja terhadap stress kerja pada anggota kepolisian Sabhara di Polres Batu. Penelitian ini tidak mengukur satuan lain di Polres Batu, atau tidak membedakan tingkat stress kerja ditinjau dari pangkat anggota kepolisian. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan topik yang sama, disarankan untuk menggunakan variabel lain selain beban kerja yang dapat mempengaruhi stres kerja agar menyempurnakan kekurangan dari penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan analisa data & pembahasan dapat disimpulkan bahwa beban kerja memberikan pengaruh signifikan terhadap stres kerja pada anggota Sabhara di Polres Batu. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Pambudi, Rilo (2022, Juni.23) Macam-macam Satuan Unit Polisi di Indonesia, Ada Shabara hingga Unit K-9 [online]. Available : <https://www.inews.id/news/nasional/macam-macam-satuan-unit-polisi-di-indonesia-ada-shabara-hingga-unit-k-9>.
- [2] S. W. H. Putra, "Hubungan antara makna kerja dengan stress kerja pada anggota polisi fungsi sabhara," vol. 23, no. 45, pp. 5–24, 2016.
- [3] Ibrahim, M. Bagus (2023, Mar.30) Operasi Pekat Kota Batu 2023 Didominasi Penjualan Miras Ilegal [online]. Available: <https://www.detik.com/jatim/hukum-dan-kriminal/d-6647206/operasi-pekak-kota-batu-2023-didominasi-penjualan-miras-ilegal>.
- [4] B. A. Chopko, P. A. Palmieri, and R. E. Adams, "Relationships among traumatic experiences, PTSD, and posttraumatic growth for police officers: A path analysis.," *Psychol. Trauma*, vol. 10, no. 2, pp. 183–189, Mar. 2018, doi: 10.1037/tra0000261.
- [5] J. M. Violanti, D. Fekedulegn, T. A. Hartley, M. E. Andrew, J. K. Gu, and C. M. Burchfiel, "Life expectancy in police officers: a comparison with the U.S. general population.," *Int. J. Emerg. Ment. Health*, vol. 15, no. 4, pp. 217–228, 2013.
- [6] J. Strahler and T. Ziegert, "Psychobiological stress response to a simulated school shooting in police officers.," *Psychoneuroendocrinology*, vol. 51, pp. 80–91, Jan. 2015, doi: 10.1016/j.psyneuen.2014.09.016.
- [7] J. B. Kaplan, M. Christopher, and S. Bowen, "DISPOSITIONAL MINDFULNESS MODERATES THE RELATIONSHIP BETWEEN OCCUPATIONAL STRESSORS

- AND PERCEIVED STRESS AMONG LAW ENFORCEMENT PERSONNEL.,” *J. police Crim. Psychol.*, vol. 33, no. 3, pp. 227–232, Sep. 2018, doi: 10.1007/s11896-017-9246-9.
- [8] S. P. Robbins and T. A. Judge, *Organizational Behavior*, vol. 6, no. August. 2016.
- [9] A. S. Munandar, *Psikologi Industri dan Organisasi*, Jakarta: Universitas Indonesia, 2008.
- [10] Rasmund, *Pengertian Stres, Sumber Stres, dan Sifat Stresor. Dalam: Stres, Koping, dan Adaptasi Edisi ke-1*. Sagung Seto, 2004.
- [11] Sunyoto dan Burhanudin, *Teori Perilaku Keorganisasian*, Yogyakarta: CAPS(Center of Academic Publishing Service), 2015.
- [12] S. P. Robbins, *Organizational Behavior: Concept, Controversies, Applications*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc, 1998.
- [13] U. Hayati, S. Maslihah, and M. A. Musthofa, “Stres Kerja pada Polisi,” *J. Sains Psikol.*, vol. 9, no. 2, p. 96, 2020, doi: 10.17977/um023v9i22020p96-103.
- [14] N. Bowling, G. Alarcon, C. Bragg, and M. Hartman, “A meta-analytic examination of the potential correlates and consequences of workload,” *Work Stress*, vol. 29, pp. 95–113, Apr. 2015, doi: 10.1080/02678373.2015.1033037.
- [15] S. N. SNI and B. S. Nasional, “Penilaian beban kerja berdasarkan tingkat kebutuhan kalori menurut pengeluaran energi ICS 13.100 Badan Standardisasi Nasional,” 2009.
- [16] I. Khusnuddin, “Pengaruh Lingkungan Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Profesi Kepolisian dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening pada Polres Palopo,” 2013.
- [17] L. Nugrahini, “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres kerja pada anggota Polisi di Polresta Surakarta,” vol. 171, no. 6, pp. 727–735, 2014, [Online]. Available: <https://eje.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- [18] Haryanti, F. Aini, P. Purwaningsih, “Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Rsud Kabupaten Semarang”, *Jurnal Manajemen Keperawatan* . Volume 1, No. 1, Mei 2013; 48-56, 2013.
- [19] S. Azwar, *Metode Penelitian* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2013.
- [20] I. Ghozali, *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Semarang: Universitas Diponegoro, 2018.
- [21] L. N. Safitri and M. Astutik, “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Perawat Dengan Mediasi Stress Kerja”, *JMD*, vol. 2, no. 1, pp. 13-26, Jun. 2019.
- [22] H. Hakman, S. Suhadi, and N. Yuniar, “Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat Pasien Covid-19”, *NCHAT*, vol. 1, no. 2, pp. 47-54, Sep. 2021.
- [23] M. K. Kasmarani, Pengaruh Beban Kerja Fisik dan Mental terhadap Stres Kerja pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat (Igd) RSUD Cianjur, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, vol. 1, no. 2, 2012.
- [24] A. S. Munandar, *Psikologi Industri dan Organisasi*, Jakarta: UI-Pers, 2014.

- [25] E. N. S. Yuliani, K. Tirtayasa, I. P. G. Adiatmika, H. Iridiastadi, and N. Adiputra, "Studi Literatur : Pengukuran Beban Kerja," *J. Penelit. dan Apl. Sist. Tek. Ind.*, vol. XV, no. 2, pp. 194–205, 2021, [Online]. Available: p-ISSN 2085-5869
- [26] F. eka Wulandari, "Tingkat Stress," *J. Ris. Kesehat. Nasional*, pp. 8–24, 2014, [Online]. Available: http://eprints.undip.ac.id/55196/3/fitri_eka_wulandari-_22010113140160-_BAB_2.pdf
- [27]. et. al Kumboyono, "Tingkat Stres Kerja dan Perilaku Caring Perawat," *J. Ners*, vol. 5, pp. 164–170, 2010.