



**PAPER – OPEN ACCESS**

## Pengaruh Unit Kerja Terhadap Beban Kerja Fisik, Beban Kerja Mental, Tingkat Stress, dan Kelelahan pada Anggota Kepolisian

Author : Alma Yesimel Martua Nababan dan Fitri Trapsilawati  
DOI : 10.32734/ee.v7i1.2169  
Electronic ISSN : 2654-704X  
Print ISSN : 2654-7031

*Volume 7 Issue 1 – 2024 TALENTA Conference Series: Energy and Engineering (EE)*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/).

Published under licence by TALENTA Publisher, Universitas Sumatera Utara



# Pengaruh Unit Kerja Terhadap Beban Kerja Fisik, Beban Kerja Mental, Tingkat Stress, dan Kelelahan pada Anggota Kepolisian

Alma Yesimel Martua Nababan\*, Fitri Trapsilawati

Departemen Teknik Mesin dan Industri, Fakultas Teknik, Universitas Gadjah Mada, Bulaksumur, Yogyakarta 55281, Indonesia

almayesimelmartuanababan@mail.ugm.ac.id, fitri.trapsilawati@ugm.ac.id,

## Abstrak

Anggota Kepolisian saat melakukan tugasnya seringkali dihadapkan pada tugas-tugas yang memerlukan aktivitas fisik yang intens, berulang, dan dalam waktu yang lama. Tugas-tugas pada setiap unit kerja dalam mengatasi berbagai pekerjaan memerlukan respon kognitif dan fisik yang tinggi. Penelitian ini akan menggunakan analisis statistik MANOVA (*Multivariate Analysis of Variance*). Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan bahwa unit kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap beban mental ( $p$  value = 0,003), stress kerja ( $p$  value = 0,005), dan kelelahan ( $p$  value = 0,007). Berdasarkan *Post hoc test* yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa unit yang memiliki nilai beban fisik paling tinggi adalah unit Bhabinkabtimas ( $M = 24.47$ ,  $SD = 6.02$ ), dan yang memiliki nilai beban fisik paling rendah adalah unit PPA ( $M = 15.32$ ,  $SD = 4.18$ ). Unit yang memiliki nilai stress kerja paling tinggi adalah unit Reskrim ( $M = 83.00$ ,  $SD = 6.55$ ), dan yang memiliki nilai stress kerja paling rendah adalah unit PPA ( $M = 53.8$ ,  $SD = 15.89$ ). Unit kerja yang memiliki nilai beban mental paling tinggi adalah unit Reskrim ( $M = 88.00$ ,  $SD = 9.17$ ), dan unit kerja yang memiliki nilai beban mental paling rendah adalah unit PPA ( $M = 52.53$ ,  $SD = 11.53$ ). Unit kerja yang memiliki nilai kelelahan paling tinggi adalah unit Reskrim ( $M = 54.00$ ,  $SD = 8.40$ ), dan unit kerja yang memiliki nilai kelelahan paling rendah adalah unit SAMAPTA ( $M = 41.85$ ,  $SD = 6.64$ ).

Kata Kunci: Anggota Kepolisian; Beban Kerja; Stress; Kelelahan; Unit Kerja

## Abstract

Police officers are often faced with tasks that require intense, repetitive, and prolonged physical activity. The tasks of each work unit in overcoming various jobs require high cognitive and physical responses. This research will use MANOVA (*Multivariate Analysis of Variance*) statistical analysis. Based on the results and discussion that has been done, it is concluded that the work division has a significant influence on mental load ( $p$  value = 0.003), work stress ( $p$  value = 0.005), and fatigue ( $p$  value = 0.007). Based on the post hoc test conducted, the results showed that the unit with the highest physical load value was the Bhabinkabtimas unit ( $M = 24.47$ ,  $SD = 6.02$ ), and the unit with the lowest physical load value was the PPA unit ( $M = 15.32$ ,  $SD = 4.18$ ). The unit with the highest work stress score was the Criminal Investigation unit ( $M = 83.00$ ,  $SD = 6.55$ ), and the PPA unit had the lowest work stress score ( $M = 53.8$ ,  $SD = 15.89$ ). The work division with the highest mental load score was the Criminal Investigation Unit ( $M = 88.00$ ,  $SD = 9.17$ ), and the work division with the lowest mental load score was the PPA unit ( $M = 52.53$ ,  $SD = 11.53$ ). The work division with the highest fatigue score was the Criminal Investigation unit ( $M = 54.00$ ,  $SD = 8.40$ ), and the work division with the lowest fatigue score was the SAMAPTA unit ( $M = 41.85$ ,  $SD = 6.64$ ).

Keywords: Police Officers; Workload; Stress; Fatigue; Work Division

## 1. Pendahuluan

Anggota kepolisian seringkali menghadapi tugas-tugas yang membutuhkan aktivitas fisik intensif, berulang, dan berkepanjangan [1]. Mereka bekerja dalam lingkungan bertekanan tinggi dan mempertaruhkan nyawa merupakan bagian dari pekerjaan mereka [2]. Polisi juga sering dihadapkan pada masalah-masalah tindak pidana yang kompleks yang mencampurkan beberapa jenis korban maupun pelaku tindak pidana tersebut. Tugas kepolisian tersebut bisa sangat melelahkan dan penuh tekanan, baik secara fisik maupun emosional, yang seringkali menyebabkan stres kerja [3]. Tuntutan pekerjaan polisi mencakup berbagai skenario yang menghabiskan energi, seperti aktivitas yang menimbulkan stres kerja, kelelahan, dan masalah lainnya. Indikator operasional pada kepolisian meliputi tuntutan kuantitatif, tuntutan keterampilan dan tuntutan emosional [4]. Sebagian besar petugas polisi mengalami beban kerja yang mengganggu kehidupan mereka karena kurangnya konsultasi dan komunikasi, kurangnya kontrol atas beban kerja, dukungan yang tidak memadai, atau beban kerja yang berlebihan secara umum [5]. Ketika orang menganggap beban kerja dan kompleksitas pekerjaannya tinggi, kedua aspek lingkungan kerja ini dapat membuat mereka



semakin stres [6]. Penting bagi instansi kepolisian untuk menyesuaikan beban kerja dengan kondisi pekerja. Lingkungan kerja yang tidak nyaman dapat disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan karena dapat mempercepat timbulnya stres akibat kerja [7]. Jika stres kerja menjadi kronis, hal ini sangat memengaruhi kesehatan fisik dan mental, dan saat ini stres dianggap sebagai risiko di tempat kerja [8]. Stres yang berlebihan tersebut dapat mengancam kesehatan fisik dan mental petugas polisi, serta dapat berpotensi memengaruhi profesionalisme, efektivitas organisasi, dan keselamatan publik [6]. Selama proses penyidikan, polisi harus teliti dalam meninjau data dan mempertimbangkan keputusan agar tidak salah dalam menetapkan tersangka, yang dapat menghambat proses penyidikan. Beban dan tuntutan yang berat ini membuat para penyidik rentan terhadap tekanan, emosi negatif, kecemasan, kecurigaan, kesulitan dalam mengambil keputusan, dan kelelahan yang dapat menyebabkan kondisi burnout. [9] Pekerja malam hari, seperti polisi dan petugas layanan darurat lainnya, harus bekerja dengan kewaspadaan dan penalaran kognitif yang baik. Kurangnya fokus, kemampuan untuk memproses informasi, dan menurunnya kewaspadaan serta kelelahan meningkatkan risiko kecelakaan kerja [10].

Dalam lingkungan kerja yang penuh tekanan dan risiko tinggi, ketegangan yang parah pada tubuh dan pikiran dapat memicu dampak yang negatif pada keselamatan dan keamanan anggota kepolisian, baik dalam melaksanakan tugas penyelidikan, penegakan hukum, maupun respons terhadap situasi darurat. Penyelidikan dan penanganan kejahatan seringkali melibatkan tugas-tugas yang kompleks dan memerlukan pemahaman mendalam terhadap hukum, prosedur investigasi, dan teknologi. Di dalam satu kesatuan kepolisian, terdapat berbagai unit yang memiliki fungsi spesifik tanggung jawab yang telah ditentukan. Sebagai contoh, unit SAMAPTA (Siap Siaga, Siap Sedia dan Waspada) memiliki peran dalam memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat secara umum. [11] Selain itu, Bagian Pelayanan Perempuan dan Anak (PPA) bertugas melakukan penegakan hukum terhadap pelaku kejahatan terhadap perempuan dan anak serta memberikan pelayanan khusus khususnya berupa perlindungan terhadap para korban tersebut [12]. Selain itu, unit Bhayangkara Pembina Keamanan dan Ketertiban Masyarakat (Bhabinkamtibmas) memiliki mandat untuk melaksanakan pembinaan masyarakat, melakukan deteksi dini terhadap potensi konflik, serta mediasi atau negosiasi guna membuat keadaan yang aman di desa atau kelurahan [13]. Sementara itu, unit Reserse Kriminal (Reskrim) berfokus pada pelaksanaan penyelidikan, penyidikan, serta pengawasan proses penyidikan tindak pidana. Selain mengidentifikasi tugas, mereka juga mengawasi dan mengkoordinasikan laboratorium forensik lapangan dan mendidik Penyidik Pegawai Negeri Sipil (PPNS) [14]. Kompleksitas dari berbagai tugas yang diemban oleh unit-unit ini sering kali meningkatkan tingkat kesulitan dan tanggung jawab yang harus ditanggung oleh setiap anggota. Misalnya, dalam penanganan kejahatan, ketersediaan anggota kepolisian diperlukan selama 24 jam sehari, tujuh hari seminggu, yang berarti mereka harus siap siaga setiap saat tanpa mengenal waktu. Tugas-tugas yang diemban oleh setiap unit kerja memerlukan tanggapan kognitif dan fisik yang tinggi, dan sering kali membutuhkan waktu penanganan yang panjang. Selain itu, jam kerja yang lebih panjang dari jam kerja normal dan kurangnya waktu istirahat menjadi tantangan signifikan dalam sistem kerja anggota kepolisian. Masalah-masalah ini tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan individu polisi, tetapi juga bisa berdampak pada efektivitas dan efisiensi operasional kepolisian secara keseluruhan.

Berdasarkan berbagai faktor yang telah diidentifikasi, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memahami bagaimana pengaruh unit kerja dalam kepolisian terhadap beban kerja mental, beban kerja fisik, tingkat kelelahan, dan tingkat stres yang dialami oleh anggota kepolisian. Penelitian ini juga akan mengkaji bagaimana perbedaan rata-rata beban kerja fisik, beban kerja mental, kelelahan, dan stres di antara berbagai unit kerja dalam kepolisian. Dengan mempelajari variasi ini, penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam tentang kondisi kerja di masing-masing unit. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga relevan dan dapat diterapkan pada unit kepolisian lainnya yang memiliki tugas-tugas intensif baik di dalam ruangan maupun di lapangan, seperti unit intelijen, lalu lintas, dan unit-unit lainnya. Penelitian ini juga dapat memberikan wawasan untuk membantu memahami dan mengelola beban kerja yang tinggi, baik fisik maupun mental, yang dihadapi oleh personel dalam unit-unit tersebut. Penelitian ini tidak hanya penting bagi pengembangan kebijakan internal kepolisian tetapi juga bagi peningkatan keseluruhan kinerja dan kesehatan mental serta fisik anggota kepolisian di berbagai unit kerja.

## **2. Metode Penelitian**

### *2.1 Subjek dan Lokasi Penelitian*

Dilakukan dengan observasi dan pengukuran langsung. Penelitian ini dilakukan secara langsung di suatu Polres di Indonesia. Anggota kepolisian yang menjadi subjek penelitian merupakan anggota kepolisian unit SAMAPTA, bhabinkamtibmas, dan reskrim. Penelitian kali ini mengumpulkan data dari 28 anggota kepolisian mengenai beberapa indikator, yaitu beban kerja fisik, beban kerja mental, kelelahan, dan stress, dari masing-masing anggota kepolisian. Dalam melakukan penelitian, dilakukan tindakan yang sama pada setiap anggota dalam sistem kerja yang terdapat di setiap unit kerja pada anggota kepolisian

## 2.2 Desain Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh faktor independen dan dependen terhadap satuan kerja kepolisian Indonesia [15]. Unit kerja merupakan variabel independen dalam penelitian ini, namun beban kerja fisik dan mental, kelelahan, dan stres merupakan faktor independen. Nilai Pengeluaran Energi petugas kepolisian digunakan untuk mengukur variabel beban kerja fisik, metode NASA-TLX digunakan untuk mengukur variabel beban kerja mental, dan kuesioner Self Rating Test dari Industrial Fatigue Research Committee digunakan untuk mengukur variabel kelelahan. [17], dan Variabel stress diukur menggunakan *Police Stress Questionnaire* secara subjektif [18], dan dengan menggunakan *Galvanic skin response* secara objektif. Gambar 1. menunjukkan desain penelitian ini.



Gambar 1. Desain Penelitian

## 2.3 Peralatan Penelitian

Peralatan dan bahan pada penelitian kali ini adalah sebagai berikut:

- **Arm Band Polar Beat**  
Alat berupa smartband pendeteksi denyut jantung sebagai perekam denyut jantung yang telah di rekam.
- **Galvanic Skin Response**  
*Galvanic skin response* digunakan untuk mengukur tingkat stress pada anggota kepolisian. Prinsip kerja GSR adalah mengukur tingkat stress berdasarkan resistansi kulit
- **Kuesioner NASA-TLX (National Aeronautics and Space Administration Task Load Index)**  
Instrumen yang digunakan untuk menilai ketegangan mental yang dialami karyawan yang harus melakukan berbagai tugas dalam pekerjaannya adalah kuesioner NASA-TLX.
- **Kuesioner Industrial Fatigue Research Comittee**  
Analisis kuesioner dilakukan dengan cara mengelompokkan item-item berdasarkan gejala kelelahan kerja yang meliputi kelelahan fisik, penurunan motivasi kerja, dan melemahnya aktivitas [19].
- **Kuesioner Police Stress Questionnaire**  
*Organizational Police Stress Questionnaire* adalah alat ukur pertama untuk mengukur tingkat stress pada kepolisian. *Organizational Police Stress Questionnaire* terbukti dapat menunjukkan korelasi antara stres yang dirasakan dan frekuensi [20].

## 2.4 Prosedur Penelitian

Proses penelitian dilakukan secara bertahap pada penelitian kali ini. Penelitian diawali dengan melakukan pengamatan secara langsung dan melakukan pengumpulan data pekerjaan yang terdapat pada setiap unit kerja. Pengambilan data pada penelitian kali ini dilakukan secara subjektif dan objektif. Kemudian, partisipan akan diminta untuk mengisi *informed consent*. Apabila partisipan bersedia, maka dilanjutkan dengan pemberian informasi terkait prosedur pelaksanaan penelitian dan mekanisme pengambilan data yang dilakukan. Selanjutnya, dilakukan proses pengambilan data. Pengambilan data baik secara objektif dan subjektif dilakukan setelah penanganan kasus selesai.

Partisipan mengenakan perangkat *Galvanic Skin Response* selama 10 menit pada jari-jari pada saat selesai melakukan pekerjaan penanganan kasus untuk pengukuran Tingkat stress pada saat bekerja. Peserta juga dipasangkan alat *arm band Heart Rate Variability* dalam melaksanakan pekerjaannya. *Heart Rate* diukur dalam durasi 10 menit, setelah pekerjaan selesai. Tahap selanjutnya adalah partisipan diberikan kuesioner NASA-TLX, *Industrial Fatigue Research Comittee*, dan juga *Police Stress Questionnaire* yang diisi sesuai dengan setiap pekerjaan yang dilakukan. Partisipan diminta untuk mengisi semua kuesioner sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Kemudian, dilakukan analisis statistik untuk data yang telah dikumpulkan tersebut. Analisis data yang didapatkan dapat dijadikan sebagai rekomendasi untuk mengurangi kelelahan dan stress pada kepolisian.

## 2.5 Analisis Statistik

Metode statistika merupakan metode *Multivariate Analysis of Variance* (MANOVA). MANOVA dapat digunakan untuk menguji pengaruh suatu faktor terhadap beberapa variabel dependen secara bersamaan, yang dalam penelitian kali ini digunakan

untuk menguji pengaruh unit kerja pada beban fisik, mental, stres, dan kelelahan dalam satu analisis. Adapun hipotesis yang akan diuji ialah:

- H<sub>1</sub> : Unit kerja mempunyai efek yang signifikan terhadap beban fisik
- H<sub>2</sub> : Unit kerja mempunyai efek yang signifikan terhadap stress kerja
- H<sub>3</sub> : Unit kerja mempunyai efek yang signifikan terhadap beban mental
- H<sub>4</sub> : Unit kerja mempunyai efek yang signifikan terhadap kelelahan

### 3. Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian kali ini, analisis statistik dengan metode MANOVA (*Multivariate Analysis of Variance*). MANOVA untuk mendapatkan efek satu atau lebih variabel independen pada beberapa variabel dependen yang saling terkait. Pada penelitian ini dilakukan uji mengenai pengaruh unit kerja terhadap beban fisik, beban mental, stress, dan kelelahan pada anggota kepolisian. Sebelum melakukan uji statistik menggunakan MANOVA, diperlukan uji normalitas dan homogenitas untuk memastikan data yang diolah adalah tepat untuk dianalisis menggunakan MANOVA. Tabel 1. merupakan nilai *p value* untuk uji normality dan homogeneity pada penelitian kali ini.

Tabel 1. Uji Normalitas dan Homogenitas

Dependen Variabel	Normality	Homogeneity
	(Sig.)	(Sig.)
Beban Fisik	0,450	0,982
Stress Kerja	0,728	0,322
Beban Mental	0,945	0,547
Kelelahan	0,95	0,207

Berdasarkan Tabel 1, nilai *p value* pada kolom normality untuk semua dependen variabel  $> 0,05$  hal ini berarti bahwa data yang diamati telah berdistribusi normal. Pada kolom homogeneity, nilai *p value* untuk semua dependen variabel  $> 0,05$  hal ini berarti data yang diamati adalah homogen. Langkah berikutnya, dilakukan pengujian statistik mengenai pengaruh unit kerja terhadap beban kerja fisik, mental, stress, dan kelelahan dengan MANOVA. Tiap baris yang terdapat pada tabel menunjukkan hasil uji pengaruh satu variabel *independent*, yaitu unit kerja terhadap masing-masing variabel dependen. Tabel 2. menunjukkan nilai signifikansi dari independent variabel terhadap setiap dependen variabel.

Tabel 2. Test of Between Subject Effects

Dependen Variabel	<i>p value</i>	<i>Observed power</i>
Beban Fisik	0,054	0,618
Stress Kerja	0,005	0,901
Beban Mental	0,003	0,936
Kelelahan	0,007	0,876

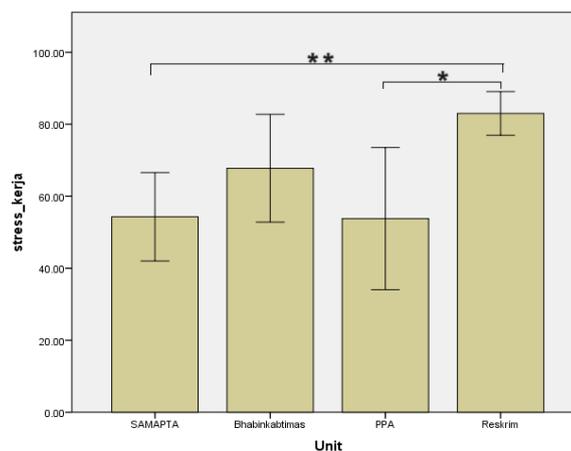
Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa *p value* dari stress kerja (*p value* = 0,005), beban mental (*p value* = 0,003) dan kelelahan (*p value* = 0,007)  $< 0,05$ . Nilai ini menunjukkan tingkat signifikansi dari hasil pengujian *Test of Between* pada MANOVA. Hal ini memperlihatkan bahwa Hipotesis 2, Hipotesis 3, dan Hipotesis 4 terbukti. Hal ini juga berarti bahwa unit kerja mempunyai efek yang signifikan terhadap beban mental, stress kerja, dan kelelahan. Sedangkan, untuk *p value* dari beban fisik (*p value* = 0,054)  $> 0,05$  yang dimana nilai ini signifikan untuk menolak Hipotesis awal, sehingga Hipotesis 1 tidak terbukti. Hal ini berarti unit kerja memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap beban fisik. Nilai *Observed power* berfungsi untuk menunjukkan seberapa besar kemungkinan untuk mendeteksi effect nyata dari variabel *independent* terhadap variabel dependen, yakni kemampuan statistik untuk menolak H<sub>0</sub> ketika H<sub>0</sub> sebenarnya salah. Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat bahwa *observed power* dari beban fisik (0,318) merupakan *observed power* yang terendah diantara 4 variabel dependen. Hal ini berarti kemampuan statistik untuk menolak H<sub>0</sub> ketika H<sub>0</sub> sebenarnya salah adalah rendah. Maka dari itu, beban fisik sendiri tidak mendapatkan pengaruh yang signifikan dari unit kerja.

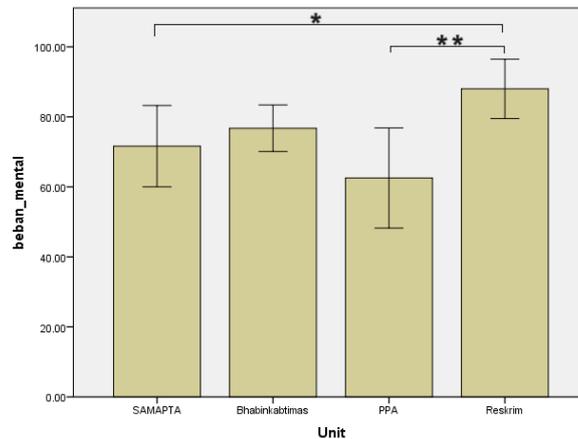
Setelah dilakukan pengujian test of between subject pada MANOVA, dilakukan analisis *Post hoc tests*. Uji ini agar mendapatkan lebih lanjut tim yang berbeda rata-ratanya bila pada pengujian Manova yang didapatkan terdapat perbedaan (H<sub>0</sub> ditolak). Tabel 3. merupakan hasil uji Post Hoc pada penelitian kali ini.

Tabel 3. *Post hoc test*

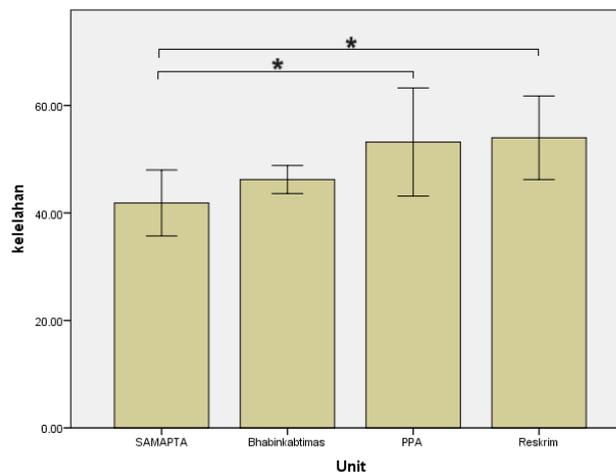
Dependen Variabel	Unit (i)	Unit (j)	Sig.
Stress Kerja	SAMAPTA	Bhabinkabtimas	0,516
	SAMAPTA	PPA	1,000
	SAMAPTA	Reskrim	0,009
	Bhabinkabtimas	PPA	0,640
	Bhabinkabtimas	Reskrim	0,328
	PPA	Reskrim	0,017
Beban Mental	SAMAPTA	Bhabinkabtimas	1,000
	SAMAPTA	PPA	0,887
	SAMAPTA	Reskrim	0,042
	Bhabinkabtimas	PPA	0,130
	Bhabinkabtimas	Reskrim	0,250
Kelelahan	PPA	Reskrim	0,002
	SAMAPTA	Bhabinkabtimas	1,000
	SAMAPTA	PPA	0,043
Dependen Variabel	SAMAPTA	Reskrim	0,013
	Bhabinkabtimas	PPA	0,419
	Bhabinkabtimas	Reskrim	0,167
	PPA	Reskrim	1,000

Berdasarkan Tabel 3. pada dependen variabel stress kerja berdasarkan unit kerja, yang memiliki perbedaan signifikan ( $p$  value  $< 0,05$ ) adalah unit kerja SAMAPTA dengan unit Reskrim ( $p$  value = 0,009) dan unit PPA dengan unit Reskrim ( $p$  value = 0,017). Hal ini berarti unit kerja SAMAPTA memiliki perbedaan nilai stress kerja dengan unit Reskrim, dan unit PPA juga memiliki perbedaan nilai stress kerja dengan unit Reskrim. Pada dependen variabel beban mental berdasarkan unit kerja, yang memiliki perbedaan signifikan ( $p$  value  $< 0,05$ ) adalah unit kerja SAMAPTA dengan unit Reskrim ( $p$  value = 0,042) dan unit PPA dengan unit Reskrim ( $p$  value = 0,002). Hal ini berarti unit kerja SAMAPTA memiliki perbedaan nilai beban mental dengan unit Reskrim, dan unit PPA juga memiliki perbedaan nilai beban mental dengan unit Reskrim. Pada dependen variabel kelelahan berdasarkan unit kerja, yang memiliki perbedaan adalah unit kerja SAMAPTA dengan unit Reskrim ( $p$  value = 0,013) dan unit kerja PPA dengan unit SAMAPTA ( $p$  value = 0,043). Hal ini berarti unit kerja Reskrim memiliki perbedaan nilai beban mental dengan unit SAMAPTA, dan unit PPA juga memiliki perbedaan nilai beban mental dengan unit SAMAPTA. Gambar 2. Menunjukkan bar chart dari *Post Hoc Test* pada penelitian ini.

Gambar 2. Bar Chart *Post Hoc Test* pada Stress Kerja



Gambar 3. Bar Chart Post Hoc Test pada Beban Mental



Gambar 4. Bar Chart Post Hoc Test pada Kelelahan

Penelitian yang dilakukan memperlihatkan unit kerja tidak mempunyai efek yang signifikan terhadap beban fisik. Hal ini dapat terjadi karena meskipun setiap unit kerja pada kepolisian tugas dan tanggung jawab setiap unit mungkin berbeda, namun terdapat banyak pekerjaan kepolisian melibatkan aktivitas fisik dasar yang serupa dengan kebugaran fisik yang dimiliki. Suatu studi menunjukkan bahwa pelatihan fisik yang efektif selama pelatihan pendidikan secara signifikan meningkatkan kebugaran fisik umum polisi, meningkatkan kekuatan, daya tahan, fleksibilitas, kecepatan, dan daya tahan [21]. Penelitian ini juga menggambarkan perbedaan signifikan dalam stres kerja antara unit SAMAPTA ( $M = 54.28, SD = 13.27$ ) dengan unit Reskrim ( $M = 83.00, SD = 6.55$ ), serta antara unit PPA ( $M = 53.8, SD = 15.89$ ) dengan unit Reskrim ( $M = 83.00, SD = 6.55$ ). Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara unit Bhabinkabtimas ( $M = 67.78, SD = 19.49$ ). Hal ini menunjukkan bahwa unit SAMAPTA dan PPA cenderung mengalami tingkat stres kerja yang berbeda dibandingkan dengan unit Reskrim. Dalam rangka pencegahan dan pemberantasan segala jenis gangguan keamanan dan ketertiban masyarakat, termasuk kejahatan dan pelanggaran serta gangguan masyarakat lainnya, unit SAMAPTA sering bekerja di lapangan dan berhubungan langsung dengan masyarakat [22]. Hal ini mungkin berbeda dibandingkan unit Reskrim, yang lebih berfokus pada investigasi dan analisis kasus yang kompleks [23]. Unit PPA, yang sering menangani kasus-kasus sensitif seperti kejahatan terhadap perempuan dan anak, mungkin juga memiliki tingkat stres yang berbeda dibandingkan unit Reskrim lain [24]. Tekanan emosional yang dihadapi oleh anggota unit Reskrim dapat lebih tinggi karena sifat kasus yang mereka tangani lebih kompleks dan berurusan langsung dengan berbagai Lembaga [23]. Pada variabel beban mental, hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara unit SAMAPTA ( $M = 71.61, SD = 12.56$ ) dengan unit Reskrim ( $M = 88.00, SD = 9.17$ ), serta antara unit PPA ( $M = 52.53, SD = 11.53$ ) dengan unit Reskrim ( $M = 88.00, SD = 9.17$ ). Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara unit Bhabinkabtimas ( $M = 76.40, SD = 8.66$ ). Beban mental ini berkaitan dengan tugas-tugas yang membutuhkan konsentrasi, pengambilan keputusan cepat, dan analisis. Unit SAMAPTA harus membuat keputusan cepat dalam situasi darurat untuk menjaga ketertiban Masyarakat [12], sementara itu unit Reskrim cenderung bekerja dalam lingkungan yang lebih terkontrol dengan waktu yang lebih lama untuk menganalisis kasus, karena hal ini berpengaruh langsung pada proses berjalannya hukum dengan lembaga pengadilan dan kejaksaan [25]. Unit PPA menghadapi tekanan psikologis dan emosional yang berbeda karena kasus-kasus yang mereka tangani saat menghadapi Perempuan dan anak, yang mempengaruhi beban mental yang mereka alami [26]. Hasil penelitian juga

menunjukkan perbedaan dalam tingkat kelelahan antara unit SAMAPTA ( $M = 41.85$ ,  $SD = 6.64$ ) dengan unit Reskrim ( $M = 54.00$ ,  $SD = 8.40$ ), serta antara unit PPA ( $M = 53.20$ ,  $SD = 8.10$ ) dengan unit SAMAPTA ( $M = 41.85$ ,  $SD = 6.64$ ). Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara unit Bhabinkabtimas ( $M = 46.22$ ,  $SD = 3.38$ ). Kelelahan ini bisa diakibatkan karena unit SAMAPTA sering berada di lapangan, untuk mencapai keselamatan dan keamanan masyarakat, harus senantiasa dipersiapkan untuk mencegah dan menghentikan munculnya ancaman atau risiko yang dapat merugikan masyarakat [11]. Selain itu, unit PPA mungkin mengalami kelelahan emosional dan mental yang lebih tinggi karena sifat kasus yang mereka tangani [24].

## 4. Kesimpulan

### 4.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan perbincangan, diketahui bahwa unit kerja berdampak signifikan terhadap beban mental, stres kerja, dan kelelahan. Namun, unit kerja tidak banyak berpengaruh terhadap ketegangan fisik. Berdasarkan *Post hoc test* yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa unit yang memiliki nilai beban fisik paling tinggi adalah unit Bhabinkabtimas, dan yang memiliki nilai beban fisik paling rendah adalah unit PPA. Unit yang memiliki nilai stress kerja paling tinggi adalah unit Reskrim, dan yang memiliki nilai stress kerja paling rendah adalah unit PPA. Unit kerja yang memiliki nilai beban mental paling tinggi adalah unit Reskrim, dan unit kerja yang memiliki nilai beban mental paling rendah adalah unit PPA. Unit kerja yang mempunyai nilai kelelahan paling tinggi adalah unit Reskrim, dan unit kerja yang mempunyai nilai kelelahan paling rendah adalah unit SAMAPTA. Unit kerja SAMAPTA dan PPA memiliki perbedaan nilai rata-rata stress kerja yang signifikan dengan unit Reskrim. Unit kerja SAMAPTA dan PPA juga memiliki perbedaan nilai rata-rata beban mental yang signifikan dengan unit Reskrim. Namun, unit kerja Reskrim dan PPA memiliki perbedaan nilai rata-rata kelelahan dengan unit SAMAPTA.

### 4.2 Saran

Rekomendasi berikut untuk penelitian lebih lanjut dapat dibuat sehubungan dengan studi yang telah selesai:

- Pengukuran beban mental dan kelelahan dapat dilakukan dengan metode objektif untuk menghindari adanya opini objektif dari responden
- Unit kerja yang diukur pada penelitian selanjutnya dapat mencakup unit kerja lain yang terdapat di Kepolisian

## Referensi

- [1] S. Hermawan, "Optimalisasi manajemen pengawasan penyidikan untuk mencegah terjadinya mafia hukum guna membangun kepercayaan Masyarakat", *Fakultas Ilmu Hukum UNS*, 2011.
- [2] Ahmad, Ibrahim & Bakar, "Factors influencing job performance among police personnel: An empirical study in Selangor", *Management Science Letters*, 8(9), 2018, pp. 939-950.
- [3] Lambert, et al. "Organizational trust and job stress: a preliminary study among police officers." *Asian Journal of Criminology*, 2022, pp. 1-23.
- [4] P. F. Chen, & L. Wu, "Impact of job demands on police stress response—the roles of basic psychological needs and job autonomy," *BMC public health*, 22(1), 2022, pp. 1-10.
- [5] Ondrejková, et al. "Stressful Factors, Experiences of Compassion Fatigue and Self-care Strategies in Police Officers." *Journal of Police and Criminal Psychology* 37, no. 4, 2022, pp. 892-903.
- [6] Wu, et al. "How role stress mediates the relationship between destructive leadership and employee silence: The moderating role of job complexity." *Journal of Pacific Rim Psychology* 12, 2018, pp. 19.
- [7] He, Terry Fibriany, et al. "Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Personel Di Kepolisian Resor Musi Rawas Utara," in *ESCAF*, 2023, pp: 61-67.
- [8] Queirós, et al. "Job stress, burnout and coping in police officers: relationships and psychometric properties of the organizational police stress questionnaire." *International journal of environmental research and public health* 17, 2020, no. 18, 6718.
- [9] Septilla, et al. "Hardiness dan Burnout pada Petugas Penyidik Kepolisian Negara Republik Indonesia (Polri)." *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET* 10, no. 02, 2019, pp: 127-135.
- [10] Rasdi, et al. "Fatigue Among Traffic Police Officers in Metropolitan City: Exploring Factors of Noise Exposure and Work Stressors," *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, 2020, vol. 16.
- [11] Susanti, Dwi. "Hubungan antara kecerdasan emosional dengan profesionalisme pada polisi fungsi samapta kepolisian wilayah kota besar semarang." *PhD diss. Universitas Diponegoro*, 2007.
- [12] Ericson, E. "Kolaborasi Antara Unit Perlindungan Perempuan dan Anak (PPA) SAT Reskrim Polres Bogor dan Lembaga Perlindungan Perempuan dan Anak dalam Penanganan Kasus KDRT," *Jurnal Cahaya Mandalika* ISSN 2721-4796, 2024, no. 1, pp. 1-13.
- [13] Haris, et al. "Pencegahan Kejahatan Fungsi Bhabinkabtimas Terhadap Tingkat Kesadaran Hukum Kasus Carok Pada Pemilihan Kepala Desa Dikaitkan Dengan Harga Diri Kolektif Masyarakat," *Jurnal Portofolio: Jurnal Manajemen dan Bisnis* 3, no. 2, 2024, pp : 156-169.
- [14] Agenginardi, et al. "Pengaruh Disiplin dan Motivasi Terhadap Kinerja Anggota Polri di Bidang SAT Reskrim Pada Satuan Polres Metro Bekasi Kota," *Jurnal Economina* 2, no. 11, 2023, pp: 3263-3275.
- [15] Karsudjono, Anthonius Junianto. "Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Personel Terhadap Komitmen Organisasional. Studi Kasus Pada Kantor Kepolisian Resort (POLRES) Barito Timur," *Jurnal Komunikasi, Bisnis, dan Manajemen*, no. 1, 2024, pp: 204-219.
- [16] Suparti, et al. "Analisis Beban Kerja Mental Satpol PP Pariwisata Karanganyar," *Tekinfo: Jurnal Ilmiah Teknik Industri dan Informasi* 7, no. 1, 2018, pp: 38-46.
- [17] Sarah, Uly. "Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan (fatigue) Pada Polisi Lalu Lintas Polresta Jambi," *PhD diss.*, Univeritas Jambi, 2022.
- [18] McCreary, et al. "Measuring policing stress meaningfully: Establishing norms and cut-off values for the Operational and Organizational Police Stress Questionnaires," *Police Practice and Research* 18, no. 6, 2017, pp: 612-623.
- [19] Tarwaka, H. "Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja Edisi II," *Surakarta: Harapan Press*, 2015.
- [20] McCreary, et al. "Development of two reliable and valid measures of stressors in policing: The operational and organizational police stress questionnaires." *International journal of stress management* 13, 2006, no. 4, pp. 494.
- [21] Prontenko, et al. "Physical training as the basis of professional activities of patrol policemen." *Baltic Journal of Health and Physical Activity* 12, 2020, no. 1, pp 5.
- [22] Nindhayati, Cahya. "Perilaku Koping Anggota Samapta Polri Ketika Menghadapi Kerusuhan Massa." *PhD diss.*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.

- [23] Zulkarnain, S. "Upaya Kepolisian dalam Menanggulangi Tindak Pidana Pencurian Oleh Anak di Wilayah Hukum Polsek Tampan," *JKIH: Jurnal Kajian Ilmu Hukum* 1, 2022, no. 1, pp. 40-61
- [24] Ericson, E. "Kolaborasi Antara Unit Perlindungan Perempuan dan Anak (PPA) SAT Reskrim Polres Bogor dan Lembaga Perlindungan Perempuan dan Anak dalam Penanganan Kasus KDRT," *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)* 5, 2024, no. 1, pp. 1-13.
- [25] Haryanto, Rusdi. "Revitalisasi Sumber Daya Manusia Polri untuk Sinergitas Kinerja dalam Integrated di Polres Kerinci, (Studi Kasus pada Satuan Reserse Kriminal," *Jurnal Administrasi Nusantara MAHA* 2, 2020, no.9, pp. 17-30.
- [26] Putje, et al. "Kendala Yang Dihadapi Unit Ppa Polres Kota Gorontalo Kota Dalam Pemenuhan Hak Anak Sebagai Korban Tindak Pidana Pencabulan." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Keilmuan Mandira Cendikia* 2, 2024, no. 7, pp. 138-148.