

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kepolisian Negara Republik Indonesia, sebagai institusi yang berperan vital dalam menjaga keamanan nasional dan mendukung proses pembangunan negara, sangat bergantung pada ketersediaan serta kualitas sumber daya manusia (SDM) yang memadai, mengingat tugasnya yang kompleks dalam ranah penegakan hukum dan ketertiban masyarakat sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Kepolisian No. 2 Tahun 2002 Pasal 1 Ayat 5 yang menegaskan bahwa keamanan dan ketertiban merupakan kondisi dinamis yang menjadi prasyarat utama pembangunan nasional, ditandai oleh tegaknya hukum, terciptanya ketentraman, serta kemampuan masyarakat dalam mencegah dan menangani berbagai bentuk gangguan yang meresahkan. (Kepolisian Negara Republik Indonesia, 2002).

Polda Sumatera Selatan merupakan unit Kepolisian Republik Indonesia yang bertanggung jawab atas keamanan dan ketertiban di Provinsi Sumatera Selatan dan berlokasi di Jalan Jenderal Sudirman KM 4.5, Kelurahan Pahlawan, Kecamatan Kemuning, Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan, Kepolisian Daerah (Polda) Sumatera Selatan memiliki jumlah personel tercatat sebanyak 15.545 orang. Jumlah tersebut terdiri dari 15.035 anggota Polri dan 510 Pegawai Negeri Sipil (PNS) Polri. Kepolisian Daerah (Polda) Sumatera Selatan memiliki tugas pokok dan fungsi yang luas dan strategis dalam menjaga keamanan, ketertiban, dan pelayanan kepada masyarakat di wilayah Provinsi Sumatera

Selatan. Sebagai unit pelaksana tugas Kepolisian Negara Republik Indonesia (Polri) di tingkat provinsi, Polda Sumsel bertanggung jawab atas berbagai aspek keamanan dan pelayanan publik. *Sumber: (Diakses dari <https://sumsel.polri.go.id/> . Diakses 14 Mei 2025/13.00 PM).*

Kepolisian Daerah (Polda) Sumatera Selatan membawahi 17 Kepolisian Resor (Polres) yang tersebar di seluruh wilayah provinsi yaitu Polrestabes Palembang, Polres Musi Banyuasin, Polres Ogan Komering Ilir (OKI), Polres Muara Enim, Polres Lahat, Polres Ogan Ilir, Polres Prabumulih, Polres Banyuasin, Polres Ogan Komering Ulu (OKU), , Polres Lubuklinggau, Polres Pagar Alam, Polres Musi Rawas, Polres OKU Selatan, Polres Empat Lawang, Polres Penukal Abab Lematang Ilir (PALI), Polres Muratara, Polres Ogan Komering Ulu Timur (OKU Timur). *Sumber: Diakses dari <https://sumsel.polri.go.id> Diakses 14 Mei 2025/13.00 PM).*

Salah satu Kepolisian Resor (Polres) di Propinsi Sumatera Selatan adalah Polres Ogan Komering Ulu Timur (OKU Timur) adalah Kepolisian Resor yang bertanggung jawab atas penegakan hukum dan pemeliharaan keamanan di Kabupaten Ogan Komering Ulu Timur, Sumatera Selatan. Polres OKU Timur terletak di Provinsi Sumatera Selatan, Indonesia. Secara geografis, Polres OKU Timur berbatasan dengan: Utara: Kabupaten Ogan Komering Ilir (OKI), Timur: Provinsi Lampung, Selatan: Kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan (OKU Selatan) dan Barat: Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU) Ibu kota OKU Timur adalah Martapura.

Kabupaten OKU Timur memiliki 20 kecamatan dan terdapat 12 Polsek yaitu Polsek Martapura, Polsek Buay Pemuka Peliung, Polsek Buay Madang, Polsek Buay Madang Timur, Polsek Belitang I, Polsek Belitang II, Polsek Belitang III, Polsek Madang Suku I, Polsek Madang Suku II, Polsek Semendawai Suku III. Selanjutnya Polres Ogan Komering Ulu Timur (OKU Timur) yang memiliki berbagai satuan kerja dan unit bertugas dalam penegakan hukum serta pemeliharaan keamanan. Beberapa di antaranya meliputi Direktorat Reserse Kriminal Umum (Ditreskrim), Direktorat Reserse Kriminal Khusus (Ditreskrimsus), Direktorat Reserse Narkoba (Ditresnarkoba), Direktorat Lalu Lintas (Ditlantas), Direktorat Intelijen Keamanan (Ditintelkam), Direktorat Samapta (Ditsamapta), Direktorat Pembinaan Masyarakat (Ditbinmas), Bidang Profesi dan Pengamanan (Bidpropam), serta Bidang Hubungan Masyarakat (Bidhumas). *Sumber: Diakses dari <https://okutimur.sumsel.polri.go.id> Diakses 14 Mei 2025/13.00 PM).*

Selanjutnya Polres Ogan Komering Ulu Timur (OKU Timur) memiliki berbagai satuan yang masing-masing menjalankan tugas pokok dan fungsi dalam menjaga keamanan serta menegakkan hukum di wilayah Oku Timur. Setiap direktorat dan bidang memiliki peran khusus yang saling melengkapi dalam menciptakan situasi yang kondusif bagi masyarakat. Salah satu direktorat utama adalah Direktorat Reserse Kriminal Umum (Ditreskrim), yang menangani berbagai tindak pidana umum seperti pembunuhan, pencurian, perampokan, dan tindak kejahatan lainnya. Direktur Reserse Kriminal Umum bertanggung jawab dalam melakukan penyelidikan dan penyidikan serta menindak kejahatan yang

meresahkan masyarakat..Selain itu, ada Direktorat Reserse Kriminal Khusus (Ditreskrimsus) yang berfokus pada kejahatan yang bersifat khusus, seperti tindak pidana korupsi, pencucian uang, serta kejahatan dunia maya. Dengan meningkatnya kasus kejahatan digital, Ditreskrimsus berperan penting dalam menjaga keamanan siber dan menindak pelaku kejahatan yang beroperasi di dunia maya. Sementara itu, peredaran dan penyalahgunaan narkoba menjadi perhatian utama Direktorat Reserse Narkoba (Ditresnarkoba). Direktorat ini bertugas untuk mengungkap jaringan narkoba, menangkap pengedar, serta melakukan upaya pencegahan dengan berkoordinasi bersama berbagai pihak untuk menyelamatkan generasi muda dari bahaya narkoba. *Sumber: Diakses dari <https://okutimur.sumsel.polri.go.id> Diakses 14 Mei 2025/13.00 PM).*

Fenomena aktivitas yang biasa dilakukan oleh anggota khusus yang tergabung dalam Satuan Reserse Kriminal (Satreskrim) dan Satuan Reserse Narkoba (Satresnarkoba) dimulai dari apel pagi kemudian melaksanakan sejumlah kegiatan operasional mencakup proses penyelidikan dan penyidikan terhadap laporan tindak pidana, termasuk pelaksanaan olah tempat kejadian perkara (TKP) dalam kasus seperti pembunuhan, pencurian, dan kejahatan lainnya. Dalam pelaksanaannya, personel bertugas mengumpulkan barang bukti dan petunjuk sebagai dasar untuk melakukan penangkapan terhadap tersangka apabila data yang diperoleh dinilai cukup. Dilanjutkan dengan proses penyidikan dari masing-masing divisi. Setelah kegiatan operasional dilakukan akan dilanjutkan dengan evaluasi oleh perwira atau pimpinan satuan untuk menilai kinerja harian serta meninjau langkah-langkah dan keputusan yang diambil selama pelaksanaan tugas.

Tabel dibawah ini menjelaskan tentang data kasus tindak pidana narkoba yang terjadi pada tahun 2024 yang berhasil diungkap antara lain :

### Berdasarkan data Kasus Ungkap Tindak pidana Narkoba tahun 2024

DATA UNGKAP KASUS TINDAK PIDANA NARKOBA TAHUN 2024  
TW I, TW II, TW III & TW IV

BULAN	JTP	PTP	TSK			BB			KET	
			LK	PR	JML	SABU	EXTASY	GANJA		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b><u>TW I (JAN, FEB, MAR)</u></b>										
JAN	11	11	12	-	12	5,54 gram	14 ½ butir (4,94 gr)	0,33 gram		
PEB	8	8	7	1	8	2,49 gram	1 butir (0,41 gr)	-		
MAR	11	11	15	-	15	4,59 gram	10 btr (2,84 gr)	-		
<b>JML TW I</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>1</b>	<b>35</b>	<b>12,65 gram</b>	<b>25 ½ butir (8,18 gr)</b>	<b>0,33 gram</b>		
<b><u>TW II (APR, MEI, JUNI)</u></b>										
APR	4	5	5	-	5	6,50 gram	-	-		
MEI	4	4	4	-	4	3,26 gram	-	-		
JUN	3	3	4	-	4	8,89 gram	-	-		
<b>JML TW II</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>-</b>	<b>13</b>	<b>18,65 gram</b>	<b>-</b>	<b>-</b>		
<b><u>TW III (JULI, AGUSTUS, SEPTEMBER)</u></b>										
JULI	9	8	9	-	9	4,95 gram	10 butir (4,00 gr)	35,74 kilogram		
AGUSTUS	11	11	13	-	13	174,67 gram	10 butir (3,52 gr)	14,54 gram		
SEPT	3	3	3	-	3	11,08 gram	-	-		
<b>JML TW III</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>-</b>	<b>25</b>	<b>190,7 gram</b>	<b>20 butir (7,52 gr)</b>	<b>35,89 kilogram</b>		
<b><u>TW IV (OKTOBER, NOVEMBER, DESEMBER)</u></b>										
OKTOBER	6	6	7	-	7	2,65 gram	-	14,54 gram		
NOPEMBER	4	4	4	-	4	10,42 gram	11 butir (4,79 gr)	-		
DESEMBER	9	9	11	-	11	18,57 gram	-	-		
<b>JML TW IV</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>22</b>	<b>-</b>	<b>22</b>	<b>31,64 gram</b>	<b>11 butir (4,79 gr)</b>	<b>14,54 gram</b>		
<b>TW I</b>			<b>TW II</b>			<b>TW III</b>			<b>TW IV</b>	
JTP = 30 kss PTP = 30 kss TSK = 35 Org (L=34, P=1) Sabu = 12,65 gr Extasy = 25 ½ butir (8,18 gr) Ganja = 0,33 gram			JTP = 11 kss PTP = 12 kss TSK = 13 Org (L=13) Sabu = 18,65 gram Extasy = - btr Ganja = - gr			JTP = 23 kss PTP = 22 kss TSK = 25 Org (L=25) Sabu = 190,7 gram Extasy = 20 btr (7,52 gr) Ganja = 35,89 kilogram			JTP = 19 kss PTP = 19 kss TSK = 22 Org (L=22) Sabu = 31,64 gr Extasy = 11 butir (4,79 gr) Ganja = 14,54 gram	
<b>DATA UNGKAP KASUS TAHUN 2024</b>						JTP = 83 kss PTP = 83 kss (P21 = 63 kss, RJ = 2 kss, SP3 = 1 kss, SIDIK = 16 kss) TSK = 94 Org (L= 93, P =1) Sabu = 253,64 gr Extasy = 56 ½ btr (20,49 gr) Ganja = 35,905 kilogram				

**Gambar 1 Data Kasus Ungkap Tindak pidana Narkoba Tahun 2024**

**Sumber: Renmin Polres Oku timur**

Berdasarkan data ungkap kasus tahun 2024, terjadi tindak pidana narkoba sebanyak 83 kasus dengan jumlah kasus P21 sebanyak 63 kasus, RJ sebanyak 2 kasus, SP3 sebanyak 1 kasus, SIDIK sebanyak 16 kasus, Berdasarkan data kasus tindak pidana narkoba tahun 2024, tingginya angka penyalahgunaan narkoba di wilayah hukum Polres OKU Timur menuntut anggota kepolisian untuk bekerja lebih keras. Dari data kasus diatas dapat dilihat bahwa anggota Polres OKU Timur harus bekerja lebih ekstra dalam menjalankan dan mengungkap kasus yang ada sehingga mengganggu keseimbangan kehidupan dari anggota Polres OKU Timur.

Fenomena yang terjadi pada anggota Polres OKU Timur anggota sering kali bekerja melampaui batas jam kerja normal, yaitu lebih dari 40 jam per minggu. Selain itu, terdapat pula tuntutan organisasi yang mengharuskan anggota untuk tetap menyelesaikan berbagai tugas meskipun di luar jam kerja yang telah ditentukan. Akibatnya, tidak jarang anggota kepolisian mengalami kelelahan akibat beban kerja yang berlebihan serta kerap membawa pekerjaan ke rumah dan melanjutkannya di luar jam dinas. Selain itu, anggota Polres Oku Timur juga dituntut untuk senantiasa siap siaga menerima panggilan telepon maupun pesan melalui aplikasi WhatsApp guna untuk keperluan koordinasi, termasuk pada hari libur dan di luar waktu kerja resmi. Tidak jarang pula, setelah menyelesaikan jam kerja di kantor, anggota polisi langsung melaksanakan kegiatan penangkapan di berbagai wilayah hukum Polres OKU Timur pada malam hari, sebagai upaya untuk meningkatkan efektivitas pelaksanaan operasi.

Beban kerja yang tinggi dan terlalu terfokus pada tanggung jawab profesional akhirnya menghabiskan waktu hanya untuk menyelesaikan tugas sehingga waktu untuk kehidupan pribadi yang dapat digunakan untuk kegiatan diluar jam kantor seperti berolahraga, berekreasi, menjalani hobi, atau menghabiskan waktu bersama keluarga dan orang terdekat menjadi terabaikan. Ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan interpersonal, baik dengan pasangan, keluarga, maupun teman. Kurangnya waktu yang berkualitas bersama orang-orang terdekat berpotensi menyebabkan kerenggangan dalam relasi, serta kesulitan dalam membagi perhatian antara dunia kerja dan kehidupan pribadi. Hal ini pada akhirnya dapat memicu konflik sosial dan keluarga, serta membuat individu cenderung mengabaikan aspek-aspek penting dalam kehidupannya. Upaya seseorang untuk mempertahankan keseimbangan dua atau lebih fungsi dalam dirinya disebut sebagai *Work-Life Balance* (Fisher, 2019)

Menurut Greenhaus (2020) *Work-Life Balance* (WLB) merupakan kepuasan yang dirasakan setiap orang tentang keterlibatannya dalam dimensi pekerjaannya dan keseimbangannya dengan kehidupan di luar pekerjaannya, serta seberapa jauh ikatan individu dalam bekerja dan keluarga. Senada dengan McDonald & Bradley (2020) menjelaskan *Work-Life Balance* adalah suatu kondisi di mana individu dapat mencapai keseimbangan antara tuntutan pekerjaan

dan tanggung jawab kehidupan pribadinya, sehingga tercipta keterlibatan dan kepuasan yang seimbang dalam kedua aspek tersebut.

Menurut McDonald & Bradley (2020), menyatakan bahwa orang yang memiliki ciri-ciri *Work-Life Balance* diantaranya adalah (1) Keseimbangan waktu (2) keseimbangan keterlibatan. (3) keseimbangan kepuasan

Berdasarkan Hasil observasi yang dilakukan dikantor Polres OKU Tmur pada tanggal 4 April 2025 pada subjek berinisial H yang ditemui dikantor diketahui bahwasanya jam 6.30 wib berangkat bekerja dari rumah dan sampai dikantor jam 07.20 wib, pada saat dilakukan wawancara menjelaskan bahwa perjalanan dari rumah menuju kantor kurang lebih 50 menit, setelah itu melakukan absensi dan apel pagi sekaligus mendapat pengarahannya tugas dari atasan sekaligus pembagian tugas pada hari itu, antara lain menerima laporan dari masyarakat terkait laporan kriminal pencurian dan penganiayaan.

Selanjutnya jam 10.00 sampe jam 12.00 wib dilanjutkan dengan melakukan olah tempat kejadian perkara pencurian dan penganiayaan (mengumpulkan barang bukti, dokumentasi dan sketsa TKP serta wawancara saksi) selanjutnya kembali kekantor untuk beristirahat sekaligus makan siang nanti baru dilanjutkan kembali pada pukul 13.30 wib sampai pukul 18.00 wib yaitu melakukan pemeriksaan saksi pelapor dan saksi mata untuk dilakukan pendalaman dan pengembangan kasus ketahap penyidikan (menganalisis bukti dan mencocokkan keterangan saksi dengan bukti yang ada) setelah dirasa lengkap dan target pelaku sudah teridentifikasi langsung bergerak melakukan penangkapan terhadap tersangka.

Malamnya pukul 18.00 wib sampai pukul 24.00 wib dilakukan pemeriksaan lanjutan atau interogasi terhadap tersangka lebih intensif untuk menggali motif, modus operandi, dan pelaku lainnya.

Observasi selanjutnya dilakukan pada tanggal 5 April 2025, subjek R yang ditemui dikantor pukul 07.15 wib menjelaskan berangkat bekerja dari rumah dan sampai dikantor pukul 07.20 wib dan melakukan absensi serta apel pagi, setelah itu peneliti melakukan wawancara disana dijelaskan bahwa subjek R selanjutnya menuju ruangan pukul 08.00 wib dan melakukan pemeriksaan terhadap tersangka pemalakan yang ditangkap semalam oleh rekan-rekan dan melakukan interogasi terhadap tersangka dengan serius selama 2 jam lamanya sampai pukul 10.00 wib, Pukul 12.00 wib – 19.00 wib dilanjutkan pemeriksaan tempat kejadian perkara bandar sabu ( Pengamanan lokasi, pengumpulan barang bukti, dokumentasi dan sketsa TKP serta wawancara saksi) selanjutnya kembali ke kantor dan melakukan pemeriksaan dan penyidikan terhadap tersangka bandar sabu untuk pendalaman dan pengembangan kasus (menganalisis bukti, menelusuri jaringan pelaku dan mencocokkan keterangan pelaku dengan bukti), malam pukul 19.00 wib sampai pukul 24.00 wib melakukan pemeriksaan lanjutan / interogasi terhadap tersangka lebih intensif untuk menggali motif, modus operandi, dan pelaku lainnya. Besoknya dilanjutkan dengan penyusunan berkas acara pemeriksaan (BAP), menyusun BAP untuk laporan kejadian dan hasil pemeriksaan, sebagai dasar proses hukum lebih lanjut.

Observasi dilanjutkan pada tanggal 6 April 2025 dengan subjek berinisial B yang ditemui dikantor diketahui bahwasanya subjek B jam 09.00 wib baru sampai

dikantor. Berdasarkan hasil wawancara dijelaskan bahwa sebelumnya tidak melakukan apel pagi dikarenakan pada malam harinya melaksanakan giat sehingga pulang larut malam dan dibebaskan dari apel pagi. Selanjutnya menemui kasat dan kanit untuk berkoordinasi bahwa ada informasi di Desa Bantan terdapat bandar narkoba jenis sabu dan ekstasi, berangkat kelapangan pukul 10.00 wib sampai pukul 12.00 wib untuk mencari informasi dan melakukan pendalaman terhadap informasi yang didapat, setelah didapat informasi yang cukup segera menghubungi rekan-rekannya untuk melakukan penangkapan terhadap bandar narkoba, kemudian rekan rekan standby didekat lokasi dan melakukan penangkapan tersangka.

Pukul 18.00 wib sampai pukul 24.00 wib dilakukan pemeriksaan saksi dan tersangka (saksi pelapor, saksi mata dan tersangka yang sudah diamankan) dilanjutkan pendalaman dan pengembangan kasus (menganalisis bukti, menelusuri jaringan pelaku dan mencocokkan keterangan saksi dengan bukti), kemudian dilakukan pemeriksaan lanjutan / interogasi terhadap tersangka lebih intensif untuk menggali motif, modus operandi, dan pelaku lainnya sekaligus menyusun berkas acara pemeriksaan (BAP), menyusun BAP untuk laporan kejadian dan hasil pemeriksaan, sebagai dasar proses hukum lebih lanjut.

Dini Hari (pukul 00.00 - 06.00 WIB) standby untuk respon cepat (quick response) siap menerima laporan baru dan bertindak cepat jika ada kasus mendadak, seperti perampokan, tawuran, pembunuhan dan KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga).

Setelah melakukan observasi, peneliti melanjutkan wawancara dengan subjek H,R, dan B pada tanggal 8 april 2025 pukul 10.30 wib, di Polres Ogan Komering Ulu Timur (OKU Timur). Adapun hasil wawancara kepada subjek H (*personal communication*) anggota Satreskrim narkoba bagian Opsnal yang ditemui di kantor Polres OKU Timur menjelaskan dengan banyaknya waktu yang tersita dalam menyelesaikan tugas-tugas kantor menyebabkan beberapa kegiatan keluarga menjadi terganggu seperti saat harus menghadiri acara undangan pernikahan keluarga tidak dapat hadir, selain itu untuk melakukan shalat magrib dan kumpul dengan warga dimasjid pun sudah tidak bisa lagi dilakukan, hal itu sebenarnya mengganggu tetapi tidak bisa dihindari.

Subjek R (*Personal Communication*, 9 april 2025) juga menjelaskan untuk kegiatan keluarga banyak yang tidak bisa dilakukan seperti mengantar anak sekolah, acara keluarga seperti nikahan dan undangan arisan keluarga juga tidak bisa diikuti. Hal tersebut membuat subjek R terkadang merasa bersalah dengan istri dan anak, untuk mengganti rasa bersalah tersebut biasanya mengajak istri dan anak jalan-jalan di hari minggu sewaktu tidak ada panggilan kerja dari kantor.

Subjek B (*Personal Communication*, 9 april 2025) mengatakan hal yang sama tidak dapat hadir sepenuhnya disaat ada acara keluarga ataupun acara yang dilakukan di RT lingkungan rumah. Biasanya subjek B sudah melakukan pendekatan terlebih dahulu kepada ketua RT agar bisa memahami pekerjaannya yang tidak bisa sepenuhnya dilakukan sebagai warga. Tetapi disatu sisi bila

dibutuhkan untuk melakukan sumbangan bagi warga maka subjek B selalu siap untuk ikut serta menyumbang.

Berdasarkan hasil angket awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 6 April 2025 terhadap 45 responden yang merupakan anggota Polisi Polres Oku Timur, diperoleh gambaran awal mengenai kondisi *Work-Life Balance*. Angket ini disusun berdasarkan indikator *Work-Life Balance* menurut McDonald & Bradley (2020), yang meliputi: (1) keseimbangan waktu, (2) keseimbangan keterlibatan, dan (3) keseimbangan kepuasan.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data bahwa sebanyak 65,4% anggota Satuan Reserse Kriminal (Reskrim) Polres Oku Timur menyatakan tidak pulang kerja tepat waktu, sementara 34,6% lainnya menyatakan pulang kerja tepat waktu. Selain itu, sebanyak 75,7% anggota Reskrim mengaku masih sering menerima panggilan telepon terkait pekerjaan saat berada di rumah, sedangkan 24,3% lainnya menyatakan tidak sering menerima panggilan telepon saat berada di rumah. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Reskrim Polres Oku Timur mengalami keterlibatan pekerjaan yang tinggi di luar jam kerja formal, yang berpotensi memengaruhi keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 60% anggota Satuan Reserse Kriminal (Reskrim) Polres Oku Timur merasa belum cukup dihargai oleh rekan kerja serta belum merasakan adanya apresiasi atas kontribusi yang telah mereka berikan. Sementara itu, 40% anggota lainnya menyatakan bahwa mereka

merasa cukup dihargai oleh rekan kerja dan telah menerima apresiasi atas sumbangsih yang telah diberikan. Temuan ini mengindikasikan adanya ketimpangan dalam persepsi penghargaan di lingkungan kerja, yang berpotensi memengaruhi motivasi dan kesejahteraan psikologis anggota kepolisian.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi *work-life balance* yaitu (a) faktor individu (*psychological well being*, kecerdasan emosi), (b) faktor lingkungan (dukungan keluarga, tanggungjawab pengasuhan anak), (c) faktor organisasi (pekerjaan, *Work-Life Balance Policies*, stres kerja, dukungan kerja. Berdasarkan faktor yang mempengaruhi *Work Life Balance* terdapat salah satu indikator mengenai stres kerja terdapat di faktor organisasi. Stres kerja sendiri yakni pikiran tertekan yang terjadi pada karyawan ketika menghadapi pekerjaan (Poulose, 2019). Sedangkan menurut Bell et al. (2019), menjelaskan stres kerja yang ditimbulkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan dapat berdampak negatif terhadap tingkat kebahagiaan karyawan, hubungan dalam keluarga serta *work life balance*

Menurut Handoko (Marpaung, 2020) mendefinisikan stres kerja merupakan suatu kondisi yang mengganggu keadaan emosi dan proses berpikir seseorang sehingga menimbulkan stres yang berlebihan dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, berakhir pada kesulitan dalam pekerjaan. Gejala stres biasanya berupa suasana hati yang tidak menentu, kecemasan, kegelisahan, tekanan darah tinggi, kesulitan tidur, dan preferensi untuk menyendiri. (Sutedjo & Mangkunegaran, 2018)

Ketidakmampuan karyawan dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan dapat menimbulkan berbagai permasalahan serta tekanan psikologis yang berujung pada stres. Tekanan pekerjaan, seperti tuntutan tenggat waktu yang ketat dan tekanan untuk menyelesaikan tugas secara cepat, sering kali mendorong karyawan untuk membawa pekerjaan ke rumah. Dalam jangka pendek, hal ini berpotensi menimbulkan konflik antara peran dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta mengurangi waktu yang tersedia untuk menyeimbangkan keduanya.

Menurut Bell et al. (2019), stres kerja yang ditimbulkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan dapat berdampak negatif terhadap tingkat kebahagiaan karyawan, hubungan dalam keluarga serta *work life balance*. Secara keseluruhan, karyawan yang mengalami stres akibat pekerjaan cenderung mengalami kesulitan dalam memperhatikan aspek-aspek lain dalam kehidupannya, sehingga keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi pun terganggu. Sebaliknya, individu yang mampu menjaga keseimbangan tersebut akan merasa lebih bahagia dalam menjalani pekerjaannya dan memiliki tingkat stres yang lebih rendah

Menurut Newstrom & Davis (2019), Stres kerja adalah perasaan cemas, tegang, atau tertekan yang dirasakan pekerja ketika mereka menghadapi pekerjaan yang menantang atau melebihi batas kemampuannya. Menurut Siagian (2019) Stres kerja merupakan suatu kondisi gangguan emosional yang dialami karyawan akibat tekanan lingkungan kerja yang tidak menyenangkan atau terlalu berat.

Fenomena yang terjadi pada anggota Polres OKU Timur anggota sering kali bekerja melampaui batas jam kerja normal, yaitu lebih dari 40 jam per minggu. Selain itu, terdapat pula tuntutan organisasi yang mengharuskan anggota untuk tetap menyelesaikan berbagai tugas meskipun di luar jam kerja yang telah ditentukan. Akibatnya, tidak jarang anggota kepolisian mengalami kelelahan akibat beban kerja yang berlebihan. Anggota kepolisian kerap kali menjalankan tugas di luar jam dinas resmi. Selain itu, mereka juga dituntut untuk selalu siaga dan responsif terhadap panggilan atau pesan, baik melalui telepon maupun aplikasi WhatsApp, guna keperluan koordinasi operasional termasuk pada hari libur dan di luar jam kerja formal. Tidak jarang pula, usai menyelesaikan tugas administratif di kantor, personel langsung terlibat dalam kegiatan penangkapan di berbagai wilayah hukum Polres OKU Timur pada malam hari, sebagai bagian dari strategi peningkatan efektivitas pelaksanaan operasi kepolisian.

Menurut Ira Nurmala (2022), orang yang mengalami stres kerja umumnya menunjukkan ciri-ciri seperti (1) sakit kepala, (2) rasa bosan, dan (3) konsumsi alkohol yang berlebihan.

Berdasarkan hasil observasi terhadap subjek H (anggota bagian opsional), terlihat bahwa matanya merah dan sering menguap saat wawancara, menunjukkan tanda-tanda kelelahan. Hal ini juga diperkuat dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek H (*personal communication*, 9 April 2025), di mana subjek mengaku merasa mengantuk dan mengalami sakit kepala. Subjek menyatakan bahwa sakit kepala yang dialaminya semakin parah ketika harus bekerja hingga

subuh dan kurang mendapatkan istirahat yang cukup. Kondisi ini disebabkan oleh tuntutan pekerjaan yang mengharuskan subjek mengungkap kasus tindak pidana, yang sering berlangsung pada malam hari hingga dini hari. Subjek juga menjelaskan bahwa pola kesehatannya kurang baik, namun tuntutan tugas tetap harus dilaksanakan.

Selanjutnya, observasi dilakukan terhadap subjek R yang saat itu berbicara dengan nada suara lebih keras dan wajahnya tampak letih serta lelah. Hasil wawancara dengan subjek R, anggota Sat Res Narkoba bagian pemeriksaan Polres OKU Timur (*Personal Communication*, 10 April 2025), mengungkapkan bahwa subjek merasa bosan dengan tugas yang diberikan. Subjek R menyatakan sering merasa jenuh sehingga kerap mengajukan izin kepada pimpinan untuk mengambil cuti liburan dan terkadang meninggalkan kesatuan tanpa sepengetahuan pimpinan.

Berdasarkan hasil observasi, subjek B tampak dalam kondisi baik, namun menunjukkan tanda-tanda kurang tidur, seperti mata merah dan sering menguap saat duduk di ruangan. Hasil wawancara dengan subjek B, anggota Satreskrim Narkoba bagian opsional Polres OKU Timur (*Personal Communication*, 10 April 2025), mengungkapkan adanya perilaku stres kerja berupa konsumsi alkohol berlebihan. Subjek B menyatakan bahwa perilaku tersebut dipicu oleh tuntutan pimpinan yang mengharuskannya mengungkap setidaknya lima perkara tindak pidana penyalahgunaan narkoba. Selain itu, subjek juga menyebutkan bahwa semakin banyak pekerjaan yang diberikan, ia cenderung lebih sering bergabung dalam aktivitas malam.

Dari fenomena yang dialami oleh anggota polisi reskrim narkoba OKU Timur dapat diidentifikasi bahwa mereka mengalami stress negatif yang berdampak pada kesehatan fisik dan psikologisnya seperti merokok yang berlebihan dan mengkonsumsi minuman beralkohol.

Berdasarkan hasil angket awal yang dilakukan peneliti secara langsung pada tanggal 4 April 2025 dengan total 45 responden, yang merupakan anggota Polisi Polres OKU Timur, didapatkan data terkait ciri-ciri stres kerja. Angket ini disusun berdasarkan indikator stres kerja menurut Ira Nurmala (2022), yang menyatakan bahwa ciri-ciri stres kerja meliputi: (1) sakit kepala, (2) rasa bosan, dan (3) konsumsi alkohol berlebihan.

Dari hasil angket, sebanyak 74,5% anggota Reskrim Polres OKU Timur menjawab “ya” bahwa mereka merasakan sakit kepala saat bertugas, sementara 25,5% menjawab “tidak” dan tidak mengalami sakit kepala selama menjalankan tugas. Selanjutnya, 61,9% anggota Reskrim menyatakan merasa bosan dengan pekerjaan yang diberikan, sedangkan 38,1% lainnya tidak merasakan kebosanan terhadap tugas mereka.

Hasil angket menunjukkan bahwa 21% anggota Reskrim Polres OKU Timur mengaku mengkonsumsi alkohol secara berlebihan, sedangkan 79% lainnya menyatakan tidak mengkonsumsi alkohol secara berlebihan.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria (2022) mengenai hubungan antara *Work Life Balance* dan stres kerja pada karyawan menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Koefisien korelasi sebesar -

0,606 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) mengindikasikan bahwa semakin baik keseimbangan kehidupan kerja, semakin rendah tingkat stres kerja. Temuan ini juga menunjukkan bahwa tingkat *Work Life Balance* dan stres kerja pada karyawan BULOG berada pada kategori sedang.

Berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk mengetahui Apakah Ada hubungan antara Stres Kerja Dengan *Work Life Balance* pada anggota Polres Oku Timur.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji apakah terdapat hubungan antara Stres Kerja Dengan *Work Life Balance* pada anggota Polres Oku Timur.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Apakah Ada hubungan antara Stres Kerja Dengan *Work Life Balance* pada anggota Polres Oku Timur.

### **D. Manfaat Penelitian**

Maka hasil analisis yang diperoleh dari penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

#### **a. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan bidang ilmu psikologis khususnya pada bidang psikologi industri dan organisasi.

## **b. Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini diantaranya yaitu:

### **1. Bagi Anggota Reskrim**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan dan referensi dalam melakukan penelitian sejenis yang berkaitan dengan Stres Kerja dan *Work Life Balance*.

### **2. Bagi Instansi**

Diharapkan memperoleh informasi tentang Stres Kerja dan *Work Life Balance* pada pada Anggota Polres Oku Timur

## **E. Keaslian Penelitian**

Orisinalitas penelitian ini terletak pada perbedaan subjek dan variabel yang diteliti. Penelitian ini melibatkan Anggota Polres Oku Timur dengan populasi 150 orang, serta mengkaji stres kerja sebagai variabel bebas dan *Work Life Balance* sebagai variabel terikat, berbeda dari penelitian sebelumnya yang memiliki tema serupa.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria (2022) Hubungan Antara *Work Life Balance* dan Stres Kerja Pada Karyawan Hasil yang diperoleh membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Work Life Balance* dengan stres kerja dengan koefisien korelasi sebesar -0,606 dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat keseimbangan kehidupan kerja dan stres kerja karyawan BULOG berada pada berada pada kategori sedang.

Penelitian Ikromah (2023) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dan *Work Life Balance* pada karyawan PT. Lucky Textile Semarang-Demak. Hasil analisis korelasi *Spearman* diperoleh skor koefisien sebesar  $r_s = -0,886$  dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres kerja dengan *Work Life Balance*, dimana semakin tinggi *Work Life Balance* maka akan semakin rendah stres kerja pada karyawan PT. Lucky Textile Semarang-Demak.

Penelitian Resti (2018) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan kehidupan kerja dengan stres kerja pada perawat wanita di Rumah Sakit X Surakarta. Hasil analisis data dengan teknik *Product Moment* ditemukan bahwa ada hubungan negatif antara keseimbangan kehidupan kerja dengan stres kerja pada perawat wanita ( $p=0.000$ ;  $r= -0.599$ ) artinya semakin tinggi keseimbangan kehidupan kerja maka semakin rendah stres kerja pada perawat wanita. Keseimbangan kehidupan kerja memiliki pengaruh sebesar 35.88% pada stres kerja.

Penelitian Dini (2022) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *work life balance* dengan stres kerja pada anggota polisi. Berdasarkan dari data yang didapat dalam penelitian ini diketahui bahwa *work life balance* memiliki hubungan negatif dengan stres kerja pada anggota polisi. *Work life balance* pada anggota polisi ( $R= -0,779$  ;  $p=0,000$ ). *Work life balance* dapat menjelaskan stres kerja sebesar 60,7% sedangkan selebihnya sebesar 39,3% dipengaruhi oleh faktor lain, dengan demikian polisi yang memiliki *work life*

*balance* yang baik akan terhindar dari stres kerja karena work life balance dapat meminimalisir terjadinya stres kerja.



Universitas Bina  
Dharma

