

## Analisis Beban Kerja dan Stres Traumatik pada Anggota Polisi Unit Kriminal

### *Analysis of Workload and Traumatic Stress in Police Crime Unit Officers*

Tugimin Supriyadi, Erik Saut H. Hutahaeon, Sandra Adetya, Anifah

*Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia*

**Abstract:** The police officers working at the crime units often face a heavy workload due to the uncertainty of their work hours and the difficult situations they should deal with during their duties in solving criminal cases. This can cause them being prone to experience stress due to their exposure to situations that can cause trauma. This study aims to analyze the workload and traumatic stress in police officers serving in the crime units. Subjects involved in this study were 73 officers from eight crime divisions. All subjects were male and are serving their duties in Jakarta. Data were collected using a survey method and analyzed using correlation and a simple linear regression tests. The result shows that most subjects have workload and stress levels in the medium category. The correlation test shows that there is a positive relationship between workload and traumatic among subjects, while the simple linear regression test shows that workload has a significant contribution in predicting the participants' traumatic stress. This result confirms previous studies which conclude that the workload experienced by police officers impacts on their stress.

**Key words:** Workload, traumatic stress, police officers

**Abstrak:** Anggota kepolisian yang bertugas di bagian unit kriminal sering menghadapi beban kerja yang berat karena harus mengalami ketidakpastian jam kerja dan situasi sulit yang tidak jarang melampaui ambang batas mereka ketika menyelesaikan kasus-kasus kriminal. Hal ini dapat berimplikasi pada kemungkinan terpaparnya para personel polisi dengan situasi traumatik. Hal tersebut menyebabkan polisi yang bertugas di bagian ini rawan mengalami stres. Penelitian ini bertujuan untuk menguji beban kerja dan stres traumatik pada anggota kepolisian yang bertugas di unit kriminal. Subjek yang terlibat berjumlah 73 orang berasal dari delapan divisi kriminal. Semua subjek berjenis kelamin laki-laki dan bertugas di Jakarta. Data dikumpulkan menggunakan metode survei dengan menyebarkan angket dan dianalisis menggunakan uji korelasi dan uji regresi linier sederhana. Hasil menunjukkan rata-rata subjek memiliki beban kerja dan tingkat stres dalam kategori sedang. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara beban kerja dan stres traumatik pada subjek, sedangkan hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa beban kerja berkontribusi secara signifikan terhadap stres traumatik subjek. Hasil penelitian ini mengonfirmasi penelitian sebelumnya yang menyimpulkan bahwa beban kerja anggota berdampak pada stres yang dialami.

**Kata kunci:** Beban kerja, stres traumatik, polisi

Stres dalam diri seseorang dipicu oleh ketidakmampuan dalam menghadapi sesuatu yang dianggap sebagai tekanan (Ruotsalainen, Verbeek, Mariné, & Serra,

---

Korespondensi tentang artikel ini dapat dapat ditujukan pada Tugimin Supriyadi melalui email: tugimin.supriyadi@dsn.ubharajaya.ac.id

2015). Pengalaman berulang terhadap tekanan tersebut pada akhirnya akan menimbulkan stres traumatik (Schauer & Elbert, 2010). Hal ini pada umumnya terkait dengan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi tuntutan lingkungan, termasuk beban kerja (Kabata et al., 2015). Meski memiliki latar belakang pekerjaan yang berbeda, setiap orang bisa saja mengalami stres, misalnya saja perawat yang harus berhadapan dengan orang sakit (Conner, 2015), tentara yang harus berhadapan dengan situasi peperangan (Telch et al., 2015), hingga pekerjaan polisi khususnya yang berkaitan dengan tindak kriminal yang harus berhadapan langsung dengan penjahat (Wang, Zheng, Hu, & Zheng, 2014). Semua jenis pekerjaan ini dapat menimbulkan tekanan pada individu karena pekerjaan tersebut memaksa mereka untuk berhadapan dengan kejadian atau peristiwa traumatik yang dapat memicu munculnya stres. Jika situasi ini terus berlanjut, maka individu bisa terancam mengalami *post-traumatic stress disorder* (May & Wisco, 2015). Penurunan kinerja dan produktivitas seseorang menjadi dampak umum dari pekerja yang mengalami stres ini (Putz-Anderson, 2017). Selain masalah psikologis, dari sisi kesehatan stres juga terbukti dapat memicu berbagai penyakit, khususnya darah tinggi (Hu et al., 2015).

Beban kerja sendiri merupakan tuntutan pekerjaan yang harus dipenuhi oleh seseorang. Biasanya akan ada tenggat waktu, capaian maupun aturan yang harus dipenuhi selama melakukan suatu pekerjaan (Gawron, 2019). Dalam masa memenuhi tuntutan pekerjaan inilah akan ada beban kerja yang harus dipenuhi. Pada dasarnya beban kerja yang paling sesuai adalah yang seimbang, ketika beban kerja seimbang maka produktivitas seseorang dalam pekerjaannya juga akan baik (Batubara & Dharmastiti, 2017). Namun pada kenyataannya masih tetap ada orang-orang yang harus menanggung beban kerja yang terlalu berat maupun beban kerja yang terlalu ringan. Baik beban kerja yang

terlalu berat maupun yang terlalu ringan, keduanya dapat memberikan pengaruh berupa stres pada diri seseorang selama menjalankan pekerjaannya (Dombrowski & Evers, 2014). Dampak dari beban kerja yang terlalu berat tentu dapat menyebabkan seseorang tidak mampu memenuhi tuntutan tugas yang diberikan, sedangkan beban pekerjaan yang terlalu ringan juga dapat memicu adanya perasaan tidak berharga dalam diri seseorang. Kedua hal tersebut sama-sama dapat memicu timbulnya stres dalam diri seseorang. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa beban kerja merupakan salah satu pemicu timbulnya stres (Wetherell & Carter, 2014).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa beban kerja yang diberikan kepada polisi akan sangat berpengaruh terhadap stres yang dialami, misalnya saja pada polisi yang harus bekerja *shift* (Ma et al., 2015), beban kerja yang lebih tinggi pada polisi juga terbukti berpengaruh besar pada pembesaran pupil mata, serta peningkatan detak jantung yang menandakan adanya stres (Mandruck, Peysakhovich, Rémy, Lepron, & Causse, 2016). Penelitian pada anggota polisi yang menangani kasus kriminal berat juga melaporkan bahwa beban kerja yang mereka miliki berhubungan dengan tingkat stres yang dirasakan (Bourke & Craun, 2014). Times Indonesia melaporkan bahwa 80% polisi mengalami stres karena beban kerja (Nurdianto, 2019).

Individu cenderung mencari situasi yang menimbulkan kenyamanan dan rasa aman (Bassiouni, 2017), termasuk personel polisi. Karena itu, ketika polisi harus selalu berhadapan dengan situasi yang berada di luar batas normal maka adanya perasaan tidak nyaman adalah hal yang wajar. Polisi yang bertugas untuk menangani kasus kriminal tentu setiap menjalankan tugasnya akan terpapar dengan situasi berbahaya, dari sisi kemanusiaan polisi yang menjalankan tugas dalam menangani tindak kriminal telah bertransformasi menjadi manusia yang tidak biasa. Karena situasi semacam inilah, anggota polisi di unit kriminal akan

cenderung mudah terkena stres terutama ketika menangani kasus kriminal.

Setiap ada kasus kriminal yang terjadi, maka sebagian besar orang akan lebih berfokus pada korban, padahal fakta di lapangan menunjukkan bahwa yang berhadapan langsung dengan pelaku kejahatan tidak hanya korban, namun juga polisi sebagai aparat penegak hukum yang bertugas untuk menyelamatkan korban sekaligus membekuk tersangka (Avdija, 2014). Jika korban dalam sebuah kasus kriminal bisa mengalami stres atau bahkan trauma dengan kejadian tersebut, maka tidak menutup kemungkinan polisi yang bertugas juga dapat mengalami hal yang sama dengan korban.

Pekerjaan polisi yang bertugas menangani kasus kriminal sangat memungkinkan mereka untuk terpapar dengan situasi yang dapat menimbulkan stres. Situasi ini dapat saja terjadi berulang kali sehingga lama kelamaan akan dirasa sebagai beban kerja yang berlebih. Beban kerja polisi yang menangani kasus kriminal telah menempatkan polisi sebagai individu yang harus selalu siap jika dihadapkan pada situasi yang abnormal. Jika mereka menghindari situasi ini, maka mereka akan dianggap tidak melaksanakan tugas dengan baik. Akibatnya, meski situasi yang dihadapi dapat memicu tekanan psikologis yang berat, polisi harus selalu siap dan sigap dalam menjalankan tugasnya.

Berdasarkan alasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis kuantitatif terkait hubungan stres dan beban kerja pada anggota kepolisian yang bertugas di unit kriminal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat terutama bagi lembaga kepolisian dalam rangka mengoptimalkan satuan kerja polisi unit kriminal.

## **Metode**

### *Sampel*

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 73 orang laki-laki. Mereka adalah polisi

yang dipilih berdasarkan satuan kerja yang khusus menangani kasus kriminal. Semua subjek bertugas di wilayah Jakarta. Beban kerja yang mereka miliki adalah melakukan penegakkan hukum dengan menangkap para penjahat. Beban kerja yang dimiliki oleh subjek digali dengan menggunakan pendekatan penilaian subjektif yang diukur dengan menggunakan data kontinum. Stres traumatik sendiri merupakan situasi yang membuat subjek merasa tertekan akibat hal-hal traumatis yang dialami dalam menghadapi pekerjaan.

### *Pengumpulan Data*

Data diperoleh dengan menggunakan metode survei menggunakan dua skala, yakni skala stres traumatik dan skala beban kerja. Skala stres yang digunakan disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Handoko (2008), yang terdiri atas aspek kesulitan keuangan, kondisi hubungan yang buruk dengan pasangan (suami atau istri), kondisi hubungan yang tidak hangat dengan orang-orang terdekat, memiliki masalah fisik, kondisi keluhan kesehatan yang sulit sembuh, hubungan dengan tetangga yang tertutup, serta perubahan keadaan lingkungan tempat tinggal. Koefisien dari aitem-aitem skala stres traumatik ini adalah 0.627-0.856 serta koefisien reliabilitas sebesar 0.951, dengan aitem sebanyak 12 butir.

Skala beban kerja yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek dari Scotland dan Pendleton (1989), yakni jam kerja yang berlebih, keadaan darurat saat bekerja, pekerjaan yang membutuhkan tingkat kewaspadaan yang tinggi, banyak kasus yang harus diselesaikan, serta tanggung jawab kerja yang sangat berat. Koefisien dari aitem-aitem skala beban kerja ini adalah 0.411-0.641 serta koefisien reliabilitas sebesar 0.716, dengan jumlah aitem sebanyak 6 butir.

### *Analisis Data*

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik deskriptif

untuk melihat dinamika persebaran subjek berdasarkan kategori beban kerja maupun stres yang dirasakan. Selanjutnya data dianalisis menggunakan uji korelasi untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel. Terakhir, data diuji menggunakan teknik regresi linier sederhana untuk mengukur peran dan kontribusi variabel beban kerja terhadap stres pada subjek.

### Hasil

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada 73 anggota polisi unit kriminal dari delapan divisi, mayoritas subjek di hampir semua divisi memiliki beban kerja serta stres yang tergolong sedang (lihat Tabel 1).

Tabel 1. Data Deskriptif Subjek

No	Divisi	Jumlah	Rata-rata beban kerja	Rata-rata stres
1	Bareskrim	12	Sedang	Sedang
2	Dit. Reskrimum	1	Sedang	Sangat Rendah
3	Jatanras	8	Sedang	Sedang
4	Krimsus	12	Sedang	Sedang
5	Krimum	6	Sedang	Sedang
6	Ranmor	27	Sedang	Sedang
7	Reserse	6	Sedang	Tinggi
8	Reskrim PMJ	1	Sangat Rendah	Sangat Rendah

Dari delapan divisi yang menangani kasus tindak kriminal, terlihat bahwa Divisi Reserse dan Kriminal Polda Metro Jaya (Reskrim PMJ) memiliki rata-rata beban kerja serta rata-rata stres kerja yang tergolong sangat rendah, hanya divisi reserse saja yang memiliki tingkat stres yang tergolong tinggi. Kemudian untuk Divisi Direktorat Kriminal Umum (Dit Reskrimum) sendiri rata-rata beban kerja tergolong sedang dengan rata-rata tingkat stres yang tergolong sangat rendah. Divisi lain seperti Badan Reserse Kriminal (Bareskrim), Kejahatan dengan Kekerasan (Jatanras), Kriminal Khusus (Krimsus), Kriminal Umum

(Krimum), serta Pencurian Kendaraan Bermotor (Ranmor) masing masing memiliki rata-rata beban kerja serta rata-rata stres dalam kategori sedang. Secara keseluruhan semua subjek dalam penelitian ini memiliki rata-rata beban kerja serta rata-rata tingkat stres dalam kategori sedang. Hasil analisis berdasarkan status per kahan menunjukkan jumlah subjek yang menikah adalah 43 orang, dan 30 orang tidak menikah (belum menikah dan status bercerai).

Hasil analisis deskriptif selanjutnya seperti tercantum pada Tabel 2 menunjukkan tidak adanya perbedaan kategori beban kerja berdasar status pernikahan. Keduanya berada pada kategori skor yang sama, yakni kategori sedang. Begitu juga dengan kondisi stres traumatik. Hasilnya menunjukkan tidak ada perbedaan kategori, keduanya sama-sama memiliki stres traumatik dalam kategori sedang.

Tabel 2. Rerata Beban Kerja dan Stres Traumatik Berdasarkan Status Pernikahan

	Menikah	Tidak menikah	Kategori
Beban Kerja	24,07	23,07	Sedang
Stres Traumatik	35,21	32,67	Sedang

Untuk melihat hubungan diantara variabel stres kerja serta variabel stres pada subjek, maka data yang telah terkumpul kemudian diuji menggunakan uji korelasi. Hasil uji korelasi seperti tercantum pada Tabel 3 menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,67. Nilai tersebut lebih besar dibandingkan dengan nilai korelasi minimum pada tabel r. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja berkorelasi secara signifikan dengan stres traumatik pada subjek. Hubungan

Tabel 3. Uji Korelasi Beban Kerja dan Stres

	Df (N-2)	Signifiansi korelasi min. Tabel r	Nilai korelasi
Beban Kerja *Stres	71	0,27	0,67

yang terjadi bersifat positif, hal ini sejalan dengan hasil pada Tabel 2 yang menunjukkan bahwa baik beban kerja maupun stres traumatik berada di kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa situasi kerja yang rumit pada polisi yang menangani kasus kriminal dapat dijelaskan melalui beban kerja yang dinilainya dan stres traumatik.

Tabel 4. Hasil Uji Regresi Sederhana

	Nilai F	R <sup>2</sup>	Koefisien
Beban Kerja*Stres	59,08	0,45	1,54

Setelah terbukti ada hubungan, data kemudian di uji kembali menggunakan uji regresi sederhana. Hal ini dilakukan untuk melihat bagaimana proses hubungan antara beban kerja dan stres itu terjadi serta melihat adakah pengaruh diantara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai F hitung adalah 59,08 (> F tabel) yang berarti terbukti beban kerja berpengaruh terhadap stres traumatik. Nilai R<sup>2</sup> yang menunjukkan angka 0,45 menunjukkan bahwa beban kerja terbukti mempengaruhi stres sebesar 45%, sedangkan sisanya di pengaruhi oleh faktor lain yang tidak di teliti. Proses beban kerja dalam mempengaruhi stres traumatik dapat dilihat melalui nilai koefisien regresi sebesar 1,54. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan beban kerja sebesar 100% maka akan ikut menaikkan stres sebesar 154%.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja dan stres pada para subjek secara umum berada dalam kategori yang sedang. Hal ini menunjukkan beban kerja maupun stres yang dirasakan subjek berada dalam kondisi yang cukup aman. Beban kerja pada level sedang ini berpeluang untuk membuat produktivitas subjek tetap terjaga (KC, Staats, Kouchaki, & Gino, 2019). Hanya reskrim PMJ saja yang mem-

butuhkan perhatian khusus karena memiliki beban kerja yang sangat ringan. Meski tingkat stres yang dimiliki juga berada dalam kategori rendah, namun rendahnya beban kerja ditemukan pada titik tertentu dapat membuat seseorang merasa tidak bermakna dan pada akhirnya juga dapat menimbulkan stres (Dombrowski & Evers, 2014). Selain itu, beban kerja dan stres dalam taraf sedang yang dirasakan oleh polisi yang menangani kasus kriminal menggambarkan bahwa meski mereka memiliki stres traumatik akibat paparan dari tugas atau kewajiban yang mereka tanggung namun hal ini masih bisa mereka tolerir.

Berdasarkan pada status pernikahan, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam level beban kerja dan stres traumatik (kategori sedang). Hal ini mengindikasikan bahwa status pernikahan tidak berpengaruh terhadap stres kerja yang rasakan akibat beban kerja yang diterima. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian dari Koh et al. (2014) yang menunjukkan bahwa status pernikahan tidak berkorelasi dengan stres akibat rotasi kerja *shift* yang dibebankan kepada mereka. Artinya, menikah atau tidak menikahnya seseorang tidak akan berpengaruh terhadap stres, sehingga tidak akan mempengaruhi produktivitas kerja seseorang.

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel beban kerja dan stres traumatik pada subjek. Adanya hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut menunjukkan bahwa beban kerja anggota polisi yang menangani tindak kriminalitas memiliki kaitan dengan kondisi stres yang mereka rasakan. Hubungan kedua variabel tersebut bersifat positif, artinya semakin meningkat beban kerja pada subjek, maka kondisi stres yang mereka alami juga semakin tinggi. Sebaliknya, jika beban kerja berkurang, maka stres juga akan turun. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian DeFreese dan Mihalik (2016) yang melaporkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi akan stres dan beban kerja yang keduanya juga berhu-

bungan signifikan dengan *burnout*. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa beban kerja dapat meningkatkan stres yang dirasakan oleh para pekerja di rumah sakit (Mansour & Tremblay, 2016). Selain itu, penelitian pada 444 polisi di India juga menunjukkan hal yang sama, yakni beban kerja yang berlebih menjadi kontributor tertinggi terhadap stres yang dirasakan oleh para subjek (Tyagi & Dhar, 2014).

Hasil uji regresi linier sederhana juga menunjukkan adanya peran yang signifikan dari beban kerja terhadap stres pada subjek. Setiap kali beban kerja naik maka stres traumatik juga akan bertambah. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Violanti et al. (2016) yang menemukan bahwa penambahan beban kerja memiliki hubungan dengan meningkatnya stres. Beban kerja yang meningkat akan rentan menimbulkan kondisi stres yang pada akhirnya berimbas pada menurunnya produktivitas (Andersen, Papazoglou, Koskelainen, & Nyman, 2015). Hal ini menjadi semakin mungkin terjadi terutama pada pekerjaan yang dapat membuat individu terpapar situasi berbahaya seperti polisi yang bertugas untuk menangani tindak kriminal.

### Simpulan

Beban kerja subjek penelitian terbukti secara signifikan berkorelasi positif dengan tingkat stres mereka. Karena itu, semakin meningkat beban kerja yang dialami para anggota polisi yang bertugas dalam me-

nanangi tindak kriminal, maka stres yang dirasakan juga akan semakin tinggi. Beban kerja terbukti memiliki kontribusi 45% dalam mempengaruhi kondisi stres yang dirasakan oleh para subjek.

### Saran

Penelitian ini masih belum didasarkan pada *cross-section study* untuk melihat apakah beban kerja subjek bisa berubah karena rotasi pekerjaan yg sangat mungkin terjadi dan tidak terpantau pada saat penelitian ini dilakukan. Keadaan subjek dari waktu ke waktu juga tidak terobservasi mengingat data penelitian ini dikumpulkan pada situasi keamanan Jakarta yang bersifat normal. Kondisi subjek diprediksi berbeda ketika situasi sosial politik memanas yang berakibat pada meningkatnya beban kerja pengamanan yang harus dilaksanakan oleh subjek. Karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memperhatikan kedua isu tersebut ketika meneliti beban kerja dan dampak psikologisnya pada subjek anggota kepolisian.

Selain itu, kelemahan penelitian ini adalah tidak menggunakan perspektif klinis dalam mengukur stres traumatik yang dirasakan oleh subjek sehingga tidak dapat mengetahui kondisi dan jenis stres yang mereka alami. Maka, penelitian selanjutnya dapat menggunakan perspektif ini dalam meneliti stres atau bentuk dampak psikologis lainnya akibat pekerjaan ketika memili anggota kepolisian sebagai subjeknya.

### Daftar Pustaka

- Andersen, J. P., Papazoglou, K., Koskelainen, M., & Nyman, M. (2015). Knowledge and training regarding the link between trauma and health: A national survey of Finnish police officers. *The Journal of Police Emergency Response (SAGE Open)*, 5(2), 1-12. <https://doi.org/10.1177/2158244015580380>
- Avdija, A. S. (2014). Stress and law enforcers: testing the relationship between law enforcement work stressors and health-related issues. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 2(1), 100-110. <https://doi.org/10.1080/21642850.2014.904444>

13.878657

Bassiouni, M. C. (2017). Searching for peace and achieving justice: The need for accountability. *International Crimes*, 780, 113–132. <https://doi.org/10.4324/9781315092591-4>

Batubara, H., & Dharmastiti, R. (2017). Redesign of liquid aluminum pouring tool based on participatory ergonomics to improve productivity, workload, and musculoskeletal disorder. *International Journal of Technology*, 8(2), 352–361. <https://doi.org/10.14716/ijtech.v8i2.6260>

Bourke, M. L., & Craun, S. W. (2014). Secondary Traumatic Stress Among Internet Crimes Against Children Task Force Personnel: Impact, Risk Factors, and Coping Strategies. *Sexual Abuse: Journal of Research and Treatment*, 26(6), 586–609. <https://doi.org/10.1177/1079063213509411>

Conner, M. (2015). Self-efficacy, stress, and social support in retention of student registered nurse anesthetists. *AANA Journal*, 83(2), 133–138. [http://digitaleditions.sheridan.com/publication/?i=252404&article\\_id=1972338&view=articleBrowser](http://digitaleditions.sheridan.com/publication/?i=252404&article_id=1972338&view=articleBrowser)

DeFreese, J. D., & Mihalik, J. P. (2016). Work-based social interactions, perceived stress, and workload incongruence as antecedents of athletic trainer burnout. *Journal of Athletic Training*, 51(1), 28–34. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-51.2.05>

Dombrowski, U., & Evers, M. (2014). Approach for determining the ideal workload of employees. *2014 International Conference on Engineering, Technology and Innovation (ICE), Bergamo, 1-7*. <https://doi.org/10.1109/ICE.2014.68>

71619

Gawron, V. J. (2019). *Workload Measures*. Boca Raton: Taylor & Francis Group.

Handoko, T Hani. (2008). *Manajemen Personalia*. Yogyakarta: BPFE Yogyakarta

Hu, B., Liu, X., Yin, S., Fan, H., Feng, F., & Yuan, J. (2015). Effects of psychological stress on hypertension in middle-aged Chinese: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 10(6), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0129163>

Kabata, R., Nanayakkara, S., Senevirathna, STMLD., Harada, K. H., Chandrajith, R., Hitomi, T., Abeysekera, T., Takasuga, T., & Koizumi, A. (2016). Neonicotinoid concentrations in urine from chronic kidney disease patients in the north central region of Sri Lanka. *Journal of Occupational Health*, 58(1), 128–133. <https://doi.org/10.1539/joh.15-0140-BR>

KC, D. S., Staats, B. R., Kouchaki, M., & Gino, F (2019, May 10). Task selection and workload: A Focus on completing easy tasks hurts performance. *Harvard Business School NOM Unit Working Paper No. 17-112; Kenan Institute of Private Enterprise Research Paper No. 18-6*. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2992588>

Koh, S. J., Kim, M., Oh, D. Y., Kim, B. G., Lee, K. L., & Kim, J. W. (2014). Psychosocial stress in nurses with shift work schedule is associated with functional gastrointestinal disorders. *Journal of Neurogastroenterology and Motility*, 20(4), 516–522. <https://doi.org/10.5056/jnm14034>

Ma, C. C., Andrew, M. E., Fekedulegn, D.,

- Gu, J. K., Hartley, T. A., Charles, L. E., ... Burchfiel, C. M. (2015). Shift work and occupational stress in police officers. *Safety and Health at Work*, 6(1), 25–29. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2014.10.001>
- Mandrick, K., Peysakhovich, V., Rémy, F., Lepron, E., & Causse, M. (2016). Neural and psychophysiological correlates of human performance under stress and high mental workload. *Biological Psychology*, 121, 62–73. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2016.10.002>
- Mansour, S., & Tremblay, D. G. (2016). Workload, generic and work-family specific social supports and job stress. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 28(8), 1778–1804. <https://doi.org/10.1108/IJCHM-11-2014-0607>
- May, C. L., & Wisco, B. E. (2015). Defining trauma: How level of exposure and proximity affect risk for posttraumatic stress disorder. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(2), 233–240. <https://doi.org/10.1037/tra0000077>
- Nurdianto, W. (2019, October 4). 80 Persen Polisi Stress Karena Beban Kerja. *Times Indonesia*, pp. 1–5. <https://www.timesindonesia.co.id/read/107545/20151103/150242/80-persen-polisi-stress-karena-beban-kerja/>
- Putz-Anderson, V. (2017). *Cumulative Trauma Disorder*. Ohio: Taylor & Francis Group.
- Schauer, M., & Elbert, T. (2010). Dissociation following traumatic stress etiology and treatment. *Journal of Psychology*, 218(2), 109–127. <https://doi.org/10.1027/0044-3409/a000018>
- Stotland, E., & Pendleton, M. (1989). Workload, stress, and strain among police officers. *Behavioral Medicine*, 15(1), 5–17. <https://doi.org/10.1080/08964289.1989.9935146>
- Ruotsalainen J. H., Verbeek J. H., Mariné A., & Serra C. (2015). Preventing occupational stress in healthcare workers. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 4. Art. No.: CD002892. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD002892.pub5>
- Telch, M. J., Beevers, C. G., Rosenfield, D., Lee, H. J., Reijntjes, A., Ferrell, R. E., & Hariri, A. R. (2015). 5-HTTLPR genotype potentiates the effects of war zone stressors on the emergence of PTSD, depressive and anxiety symptoms in soldiers deployed to Iraq. *World Psychiatry*, 14(2), 198–206. <https://doi.org/10.1002/wps.20215>
- Tyagi, A., & Dhar, R. L. (2014). Factors affecting health of the police officials: Mediating role of job stress. *Policing: An International Journal of Police Strategies and Management*, 37(3):649 - 664 <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-12-2013-0128>
- Violanti, J. M., Andrew, M. E., Mnatsakanova, A., Hartley, T. A., Fekedulegn, D., & Burchfiel, C. M. (2016). Correlates of hopelessness in the high suicide risk police occupation. *Police Practice and Research*, 17(5), 408–419. <https://doi.org/10.1080/15614263.2015.1015125>
- Wang, Y., Zheng, L., Hu, T., & Zheng, Q. (2014). Stress, burnout, and job satisfaction: Case of police force in China. *Public Personnel Management*, 43(3), 325–339.

<https://doi.org/10.1177/0091026014535179>

Wetherell, M. A., & Carter, K. (2014). The Multitasking Framework: The Effects of Increasing Workload on

Acute Psychobiological Stress Reactivity. *Stress and Health*, 30(2), 103–109.

<https://doi.org/10.1002/smi.2496>