

KESEJAHTERAAN MENTAL PADA POLISI WANITA DALAM MENGHADAPI PERAN GANDA DAN STRES KERJA

**Aisatul Hasanah¹, Hanum Chaerunnisa², Dea Alzahra³,
Galuh Kusuma Dewi⁴, Tugimin Supriyadi⁵**

202310515118@mhs.ubharajaya.ac.id¹, 2023105151092@mhs.ubharajaya.ac.id²,
202310515100@mhs.ubharajaya.ac.id³, 202310515114@mhs.ubharajaya.ac.id⁴,
tugimin.supriyadi@dsn.ubharajaya.ac.id⁵

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Abstrak

Polisi wanita erat kaitannya dengan peran ganda, peran ganda umumnya dapat memicu stres kerja sehingga kesejahteraan mental menurun, Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan informasi berharga tentang stres kerja dan peran ganda yang mempengaruhi kesejahteraan mental petugas polisi wanita, serta bertujuan untuk memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan polisi wanita guna mencegah kinerja yang buruk. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan menggunakan literatur review, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan informasi dan data-data yang relevan serta dapat dipertanggung jawabkan menggunakan jurnal-jurnal ilmiah sebagai rujukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran ganda tidak mempengaruhi kinerja polisi wanita dan stres kerja pada polisi wanita memiliki tingkat yang rendah. Polisi wanita mampu menggunakan manajemen waktu dan berkomitmen dengan baik antara keluarga dan pekerjaan yang dilakukannya. Dalam meningkatkan kesejahteraan mental perlu menerapkan psychological capital yang terdiri dari empat komponen, yaitu confidence, hope, optimism, resilience.

Kata kunci: Kesejahteraan Mental, Polisi Wanita, Peran Ganda, Stres Kerja.

PENDAHULUAN

Polisi wanita merupakan bagian kekuatan pelaksanaan tugas dan fungsi Polri sebagai alat penegak hukum, pengayom dalam memberikan perlindungan dan pelayanan kepada masyarakat, membina dan mewujudkan kamtibmas, serta melaksanakan tugas lain sesuai dengan jabaran teori tugas dan fungsi Polwan sebagai bagian integral dari Polri berdasarkan Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Republik Indonesia (POLRI). Irjen Pol. Juansih mengatakan bahwa jumlah polisi wanita belum mencapai angka enam persen dari jumlah keseluruhan personel Polri yang mencapai 450 ribu personel, ia mengatakan bahwa saat ini polisi wanita jumlahnya belum sampai enam persen, tapi jumlah Polwan sudah sekitar 25.700. Dengan rendahnya jumlah Polwan menjadi tantangan yang dihadapi Polri dalam kesetaraan gender. Namun, menjadi seorang polisi wanita pun bukanlah hal yang mudah, pada profesi ini bisa menyebabkan job stress atau stress kerja yang berdampak pada mental polisi wanita tersebut. Dalam Mangkunegara Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan (Mendila, 2021).

Peran dan tanggung jawab yang dilakukan polisi dalam menjalankan tugas seperti situasi yang menantang dan membuat stress, yang akan berdampak signifikan pada kesejahteraan mental mereka dan bahkan mungkin kinerja. Kesejahteraan mental adalah konstruksi luas yang mencakup keberadaan penanda positif dari penyesuaian psikologis, seperti harga diri yang tinggi, pengaruh positif, dan kepuasan hidup, serta tanda-tanda ketidaksesuaian psikologis, termasuk pengaruh negatif yang rendah, kepuasan hidup, dan stres. Oleh karenanya tuntutan dalam membangun kesejahteraan mental tidak hanya menanggapi masalah yang muncul, tetapi harus bertindak memberikan solusi untuk mengelola stres, mengatasi kesulitan, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Syamsih, 2024). Menurut fronte & cooper Menjelaskan bahwa konflik antara pekerjaan dan keluarga akan menimbulkan bentrokan tanggung jawab antara kehidupan pekerjaan dirumah dan kehidupan rumah tangga (Markuwati, Rahardjo, & Setyawati, 2015). Pada beberapa penelitian mengembangkan kesejahteraan mental dalam ruang lingkup kepolisian agar terwujudnya lingkungan pekerjaan yang terdapat dukungan sosial, tidak terjadinya beban kerja agar kesejahteraan mental bisa terminimalisir.

Dalam penegakkan hukum, polisi wanita mempunyai peranan biasanya polisi wanita memiliki kepekaan gender yang lebih baik dalam meningkatkan respons terhadap kejahatan berbasis seksual dan gender. Polisi wanita memiliki peranan sangat penting dalam menjaga kamtibmas. Terlebih adanya beberapa bagian tugas dari polisi wanita yang harus dilakukan, mungkin polisi pria tidak bisa melakukannya, Polisi wanita mempunyai pengetahuan, kemampuan, keterampilan, yang tak kalah dengan polisi laki-laki. Untuk itu, polisi wanita diberi kesempatan dan kepercayaan untuk menjabat posisi strategis. Sosok Polisi Wanita (Polwan) di Insitusi Polri menjadi semakin penting, bahkan dianggap sebagai penyempurna tugas Polri untuk melayani masyarakat (Prasetijowati, Maulana, & Agustin, 2022). Selain itu polisi wanita yang sudah menikah tidak hanya mempunyai peran dalam pekerjaan namun mempunyai peran menjadi ibu rumah tangga, hal ini disebut sebagai peran ganda. Dalam Greenhaus dan Beuttell peran ganda sebagai konflik yang muncul karena tanggung jawab kerja yang dapat menimbulkan ketegangan dalam keluarga (Saviera & Juniarily, 2020).

Rivai mendefinisikan stres kerja sebagai suatu kondisi yang dialami individu berupa tuntutan dan tekanan berlebihan yang menyebabkan terjadinya keadaan fisik dan psikis tidak stabil (Purwanto & Sahrah, 2020). Biasanya stres yang dialami seorang polisi wanita menyebabkan kinerjanya menurun. Ada beberapa penyebab stres yang dialami polisi wanita, seperti tugas yang menyita waktu seorang polisi wanita, sehingga tidak mempunyai waktu untuk keluarga dan anak, masalah rumah tangga yang merambah ke pekerjaan atau sebaliknya. Peran ganda seorang polisi wanita dalam mengurus rumah tangga dan pekerjaan membuatnya harus berhadapan dengan hal tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada Polisi wanita mengacu pada faktor yang melibatkan pihak organisasi atau perusahaan tempat individu

bekerja. Namun penyebabnya tidak hanya di dalam perusahaan, karena masalah rumah tangga yang terbawa ke pekerjaan dan masalah pekerjaan yang terbawa ke rumah dapat juga menjadi penyebab stres kerja (Markuwati, Rahardjo, & Setyawati, 2015).

Kesejahteraan mental diisyaratkan dengan seseorang yang tidak mempunyai gejala-gejala mental dan gangguan psikologis. Orang yang memiliki kesejahteraan mental biasanya memiliki kehidupan yang normal dan mampu menghadapi masalah-masalah rumit yang dihadapinya, Kesejahteraan mental sangat penting serta perlu kita rawat seperti merawat tubuh, karena ketika mengalami gangguan psikologis, kesehatan fisik juga akan menurun dan tidak bisa beraktivitas normal seperti biasanya. Kesejahteraan mental menjadi faktor yang berperan penting dalam dunia pekerjaan, pasalnya stress kerja yang berlarut mengakibatkan munculnya gangguan mental seperti depresi, gangguan kecemasan, dan stress post-traumatik. Stres kerja dapat memengaruhi kesejahteraan mental dengan membantu mengembangkan strategi pengelolaan stres yang lebih efektif dan membantu orang mengatasi stres dengan lebih baik. Stres kerja merupakan bagian alami dari pengalaman manusia dan dapat terjadi sebagai reaksi terhadap situasi sulit. Meskipun stres dapat membantu orang mengatasi tantangan, stres yang berlebihan atau berkepanjangan dapat berdampak buruk pada kesehatan mental. Kesejahteraan mental yang baik adalah menjalani kehidupan yang produktif dan bermakna bagi individu. Kesejahteraan mental mencakup berbagai aspek seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, ketahanan psikologis, dan kesehatan mental secara umum, oleh karena itu dampak pada kesejahteraan mental menjadi perhatian bagi masyarakat, dalam hal stres yang berlebihan atau berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma, dan lain sebagainya (Halawa, 2023).

Dalam Rusnika pada teori psikologi yang dicetuskan oleh Sigmund Freud, seorang ahli psikoanalisis, Menurutnya wanita mudah mengalami stres, mengalami gangguan kecemasan, fobia, gangguan makan, baby blues, depresi, dan lain-lain (Dilang & Hermanto, 2022). Perempuan seringkali dituntut untuk menunjukkan kepribadian dengan mengutamakan hubungan, perasaan (kasih sayang), menjadi penolong, mendahulukan kepentingan orang lain, bahkan berkorban untuk orang lain. Tuntutan-tuntutan ini menunjukkan bahwa perempuan mempunyai berbagai peran dan tekanan yang harus dihadapi, baik di dalam maupun di luar pribadi seorang perempuan.

Dalam hal ini, penting untuk mengetahui bagaimana peran dan tanggung jawab yang dimiliki polisi wanita, stres kerja yang mempengaruhi kesehatan mental serta cara meningkatkan kesejahteraan mental pada polisi wanita dalam menghadapi stres kerja. Tujuan dari penulisan ini yaitu memberikan wawasan yang berharga tentang peran ganda serta stres kerja yang mempengaruhi kesejahteraan mental pada polisi wanita.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif menggunakan studi kepustakaan atau literatur review. studi kepustakaan adalah suatu teknik pengumpulan data yang didalamnya dilakukan telaah terhadap buku-buku, literatur, catatan-catatan dan laporan-laporan yang berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan (Nazir, 2003). Melalui metode ini peneliti menganalisis informasi dan data-data yang relevan serta dapat dipertanggung jawabkan, dengan menggunakan jurnal-jurnal ilmiah sebagai rujukan dalam membuat penelitian ini. Tujuan dari metode literature itu sendiri adalah untuk memberikan pemahaman dan gambaran terkait topik yang diteliti yaitu "kesejahteraan mental pada polisi wanita dalam menghadapi stress".

HASIL DAN PEMBAHASAN

Polisi wanita memiliki peran ganda yang dijalankan dalam waktu bersamaan. Peran yang dimaksud adalah sebagai ibu untuk anak-anaknya, sebagai istri untuk suaminya, lalu sebagai wanita yang berkarir. Dalam menjalankan peran ganda tidak mudah bagi seorang polisi wanita, mereka sering dihadapkan pada dua hal penting untuk bagaimana keberhasilannya sebagai seorang polisi wanita dan bagaimana kesuksesan dalam membina rumah tangga. Sebagai hal ini, mereka harus tetap bersikap profesional dalam peran menjadi ibu atau wanita karir. Sebagaimana menurut susanto, 2009 ketika jabatan dapat dikendalikan maka semakin berat masalah yang akan sulit dipecahkan (Yurendra & Rasyidah, 2019).

Selanjutnya, polisi wanita (polwan) memiliki tanggung jawab sebagai anggota kepolisian untuk menjalankan tugasnya dimulai dari menjaga keamanan, melindungi masyarakat serta mengabdikan pada negara dan rakyat Indonesia. Kode etik profesi Kepolisian menjadi panduan bagi anggota polisi dalam menjalankan tugas mereka sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang ditetapkan (Destiani, et al., 2023). Tugas kepolisian dimuat dalam undang-undang yang mengatur fungsi mereka, tugasnya mencakup memberikan pengamanan dan penegakkan hukum pada Masyarakat kecil hingga ketinggian yang tinggi. Undang-undang yang diatur dalam pasal 14 ayat (1), menyatakan bahwa Kepolisian Republik Indonesia memiliki tanggung jawab sebagai berikut:

- a. melakukan pengaturan, pengawasan, penjagaan, pengawalan, dan patrol sesuai dengan kebutuhan terhadap kegiatan Masyarakat dan pemerintah.
- b. menjalankan segala kegiatan guna menjamin kewanitaan. Ketertiban, dan kelancaran lalu lintas di jalan.
- c. Berperan serta dalam pembinaan hukum nasional.
- d. Menjaga ketertiban dan menjamin keamanan umum.
- e. Melayani kepentingan warga Masyarakat sementara sebelum ditangani oleh instansi atau pihak yang berwenang

Dalam Kaswan Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seorang karyawan. Stres kerja dapat berakibat pada gangguan kesehatan dan berpengaruh terhadap kesejahteraan karyawan yang tentunya dapat berakibat pada penurunan produktivitas dan performa kerja karyawan. Serta Stres adalah aspek umum dari pengalaman kerja, yang sebagian besar bermanifestasi sebagai ketidakpuasan kerja, namun juga bermanifestasi sebagai keadaan emosional yang kuat: kemarahan, frustrasi, permusuhan, dan kemarahan. Reaksi yang lebih pasif seperti jenuh dan bosan (*bored*), kelelahan mental (*fatigue*), penat (*tired*), ketidakberdayaan, keputusasaan, kurang gairah dan suasana hati yang tertekan juga sering terjadi (Asih, Widhiastuti, & Dewi, 2018).

Menurut Robbins faktor penyebab stres kerja antara lain yaitu faktor lingkungan, faktor Individual, faktor organisasi dan faktor-faktor lainnya (Hayati, Maslihah, & Musthofa, 2020). Faktor lingkungan dimana keadaan lingkungan organisasi terjadi perubahan yang tidak menentu dapat menimbulkan stres seperti perilaku supervisi kohesi dan kurangnya keamanan kerja. Faktor Individual mencakup pada kehidupan pribadi individu, seperti permasalahan keluarga, perekonomian dan ciri-ciri kepribadian individu itu sendiri. Faktor organisasi mencakup pada tuntutan atau tugas yang berlebihan akan menjadi beban kerja yang berlebihan.

Dalam Penelitian mengenai peran ganda pada polisi wanita berjudul “Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Polisi Wanita di Polresta Padang” yang dilakukan oleh Ismiati & Zusmawati (2020) menunjukkan bahwa konflik peran ganda tidak mempengaruhi kinerja polisi wanita, ini menunjukkan bahwa polisi wanita yang berperan ganda sudah dapat menangani konflik peran ganda dengan profesional. Selain itu pada penelitian (Agustin, 2020) yang berjudul “Konflik Peran Ganda dan Komitmen Polisi Wanita dalam Organisasi di Kepolisian Resor Kulon Progo” menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif

antara variabel konflik peran ganda dan komitmen organisasi, ini dapat terjadi ketika anggota polisi wanita tidak dapat menyeimbangkan peran mereka di organisasi dan di keluarga. Jadi, bisa berdampak pada komitmen anggota polisi wanita. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa polisi wanita memiliki manajemen waktu dan komitmen yang baik antara keluarga dan pekerjaan yang dilakukan.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Yusri & Farida, 2018) yang berjudul “Gambaran Stres Kerja Pada Polisi Wanita di Kepolisian Resor Padang” menghasilkan bahwa Polisi wanita di Kepolisian Resor Kota Padang memiliki tingkat stres kerja yang rendah, sebanyak 47 orang atau 98 persen, dan 1 orang atau 2 persen memiliki tingkat stres kerja yang tinggi. Ini menunjukkan bahwa petugas kepolisian wanita di resor kota Padang memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Lalu, pada penelitian yang berjudul “Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Polisi Wanita di Polresta Yogyakarta” yang dilakukan oleh (Siswatiningsih & Wening, 2021) ditunjukkan bahwa Stres kerja berdampak positif dan signifikan pada kinerja anggota polisi Polresta Yogyakarta. Menunjukkan bahwa tugas, peran, dan tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh polisi wanita di Polresta Yogyakarta tidak terlalu berat. Stres kerja dapat datang dari individu, tempat kerja, atau organisasi. Meskipun demikian, tekanan kerja yang dialami oleh polisi wanita di tempat ini bersifat positif, yang mendorong mereka untuk tampil dengan baik. Disimpulkan bahwa polisi wanita tidak mempunyai stres kerja yang negatif namun memiliki stres kerja yang positif, dimana stres kerja positif mendorong polisi wanita untuk memberikan pelayanan dan melakukan tanggung jawab serta tugasnya dengan baik.

Polisi wanita (Polwan) lekat halnya dengan peran ganda dalam hidupnya yaitu menjadi ibu dan wanita yang berkarir, tetapi dengan peran ganda ini bisa membuat seorang polisi wanita dihadapkan pada stress kerja, beban kerja, dan kesejahteraan mental. Menurut Febrina dan Harlina kinerja kepolisian yang baik itu dibutuhkan kerja keras dari personilnya termasuk polisi wanita, guna untuk mendukung kinerja maka dapat meningkatkan kesejahteraan mental (Septina & Soeharto, 2023). Masalah yang terjadi pada kesejahteraan mental terjadi jika polisi wanita tidak dapat menyeimbangkan perannya, sehingga menjadi tekanan untuk polisi wanita dalam menjalani peran tersebut.

Menurut Carter dan Houben kesejahteraan mental adalah konstruksi luas yang mencakup tanda- tanda penyesuaian psikologis positif, seperti harga diri yang tinggi, pengaruh positif dan kepuasan hidup serta tanda-tanda penyesuaian psikologis, termasuk pengaruh negatif yang rendah, kepuasan hidup dan stres. Sedangkan Menurut Johnson tempat kerja dapat memainkan peran penting dalam menentukan kesejahteraan mental seseorang (Sulaikah, Maharani, & Hidayah, 2021). Polisi wanita yang mengalami stres dan depresi sehingga kesejahteraan mentalnya menurun dapat menerapkan *psychological capital*. Menurut Luthans dkk. *Psychological capital* merupakan kondisi psikologi positif berupa karakter yang kuat, memiliki kepercayaan diri, menampilkan keterampilan saat menghadapi tantangan, membangun semangat untuk mencapai tujuan di masa depan, rajin, mampu bertahan dari segala masalah, dapat membuat strategi atau rencana untuk bangkit, serta terdapat empat komponen *psychological capital* yaitu *confidence*, *hope*, *optimism*, dan *resilience* (Bone, 2023). Komponen yang pertama yaitu *confidence*, dengan menggunakan konsep efikasi diri bandura, efikasi diri yakni individu memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu baik berupa kemampuan kognitif, kondisi fisik, motivasi, maupun kemampuan untuk melakukan pekerjaan secara optimal. Komponen kedua yakni harapan (*hope*) merupakan suatu keadaan dimana seseorang menerima motivasi positif dari rasa keberhasilan yang berkaitan dengan proses dan tujuan akhir yang ingin dicapainya, harapan positif dapat meningkatkannya kinerja. harapan juga berkaitan dengan komponen ketiga yakni *optimisme*. *Optimisme* merupakan setiap orang harus memiliki sikap mental optimis, yaitu kualitas harapan positif dalam hidup. Komponen keempat yakni *resilience* dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk bergerak menuju kehidupan yang

lebih baik, kemampuan yang mengacu pada sikap mental individu untuk bangkit dan melakukan perubahan dalam hidupnya.

SIMPULAN

Polisi wanita memiliki tanggung jawab untuk melaksanakan tugas sebagai alat penegak hukum dan memberikan pengayoman serta pelayanan kepada masyarakat, namun pada polisi wanita yang sudah menikah dan mempunyai anak juga memiliki peran sebagai ibu rumah tangga, fenomena ini disebut dengan peran ganda. Memiliki dua peranan tidaklah mudah bagi seorang individu, peran dan tanggung yang dilakukan polisi wanita seperti situasi yang menantang akan membuat stress, dan berdampak pada kesejahteraan mental bahkan kinerja.

Namun, pada penelitian-penelitian yang dilakukan mengenai peran ganda dibuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel konflik peran ganda dan komitmen organisasi, yang berarti peran ganda tidak mempengaruhi kinerja polisi wanita. Serta pada hasil penelitian mengenai stres kerja pada polisi wanita menunjukkan bahwa polisi wanita memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Disimpulkan bahwa polisi wanita memiliki kesejahteraan mental yang baik dan tingkat stres kerja yang rendah. Kesejahteraan mental adalah konstruksi pada acuan positif seperti orang yang memiliki sehat mental dan fisik. Ada cara untuk meningkatkan kesejahteraan mental untuk polisi wanita dengan menerapkan *psychological capital*. *Psychological capital* merupakan kondisi psikologi yang positif seperti kekuatan diri, kepercayaan dan karakter yang kuat. Dalam *psychological capital* terdapat empat komponen yaitu, *confidence*, *hope*, *optimism*, dan *resilience*. Kesejahteraan mental sangatlah penting bagi individu untuk melakukan kegiatan sehari-hari serta melaksanakan tanggung jawab maupun tugas yang kompeten, maka dari itu setiap individu perlu memperhatikan kesehatan mentalnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, v. R. (2020). Konflik Peran Ganda dan Komitmen Polisi Wanita dalam Organisasi di Kepolisian Resor Kulon Progo. *Junral Acta Psychologia*, 191-198.
- Asih, G. Y., Widhiasusti, H., & Dewi, R. (2018). *Stress Kerja*. Semarang: Semarang University Press.
- Bone, D. (2023). Pengembangan *Psychological Capital* Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Anggota Komunitas Basis Binaan Cu Kasih Sejahtera. *Jurnal Edukasi Pengabdian Masyarakat*.
- Destiani, C., Lumba, A. F., Wenur, A. S., Halim, M. A., Effendi, M. E., & Dewi, R. R. (2023). *Jurnal Pengabdian West Science*.
- Dilang, M., & Hermanto, Y. P. (2022). Pemenuhan Kesejahteraan Psikologis Wanita dengan Peran Ganda Berdasarkan Amsal 31:10-31. *Journal of Theology and Christian Education*. doi: <https://doi.org/10.52960/a.v2i2.161>
- Halawa, N. (2023). Dampak Stres pada Kesejahteraan Mental: Penelitian Meta Analisis. *Literacy Notes*.
- Hayati, U., Maslihah, S., & Musthofa, M. A. (2020). Stress Kerja Pada Polisi. *Jurnal Sains Psikologi*, 96-103.
- Ismiati, N., & Zusmawati. (2020). Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Polisi Wanita di Polresta Padang. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.31219/osf.io/yfjrb>
- Markuwati, D., Rahardjo, P., & Setyawati, R. (2015). Konflik Peran Ganda Stres Kerja Pada Anggota Polisi Wanita (Polwan). *Jurnal Nasional*. doi:10.30595/psychoidea.v13i1.1561
- Mendila, V. (2021). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Anggota Polisi Kepolisian Resor MAPPI. *Jurnal Ilmu Hukum, Humaniora dan Politik*. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.38035/jihhp.v1i4>
- Nazir, M. (2003). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Prasetijowati, T., Maulana, A. H., & Agustin, D. E. (2022). Peran Polisi Wanita (Polwan) dalam Era Digital. *Jurnal Intelektual Administrasi Publik dan Ilmu Komunikasi*. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.55499/intelektual.v9i2.78>
- Purwanto, A. B., & Sahrah, A. (2020). Resiliensi Dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Polisi Lalu Lintas. *Jurnal Psikologi*. doi:10.30872/psikostudia

- Saviera, B., & Juniarily, A. (2020). Keterlibatan Kerja dan Konflik Peran Ganda pada Polisi Wanita. *Psychology Journal of Mental Health*.
- Septina, V. D., & Soeharto, T. N. (2023). Work Life Balance dan Kepuasan Kerja dengan Psychological Well-being Pada Anggota Polisi Wanita. *Jurnal Psikologi Malayahati*.
- Siswatiningsih, T., & Wening, N. (2021). Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Polisi Wanita di Polresta Yogyakarta. *Jurnal Akmenika*.
- Sulaikah, Maharani, A., & Hidayah, Z. (2021). Peran Kesejahteraan Psikologis, Dukungan Sosial Sebagai Media Dalam Pengaruh Pengalaman Kerja dan Kompetensi Manajerial Terhadap Kinerja Pegawai. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*.
- Syamsih, D. (2024). Tuntutan Membangun Kesejahteraan Mental: Peran Bimbingan dan Konseling. *Journal of Therapia*.
- Yurendra, M. P., & Rasyidah. (2019). Peran Ganda Polisi Wanita Terhadap Tuntutan Karir dan Kebutuhan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*.
- Yusri, N. A., & Farida, M. (2018). Gambaran Stres Kerja Pada Polisi Wanita di Kepolisian Resor Padang. *Jurnal Psikologi Islam* .