



PSYCHOLOGICAL SAFETY DALAM PROFESI POLISI: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

¹Erik S. H. Hutahaeon, ²Yuarini W. Pertiwi, ³Hemma Dayita

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

ARTICLE INFORMATION

***Corresponding Author:**
Hemma Dayita
hema.dayita@dsn.ubharajaya.ac.
id

Article History
Received 27 Januari 2026
Revised 2 Maret 2026
Accepted 9 Maret 2026

Kata Kunci
Profesi polisi
Psychological safety
Systematic review

Cite this Article:
Hutahaeon, E. S. H., Pertiwi,
Y. W., & Dayita, H. (2025).
Psychological safety dalam
profesi polisi: Systematic
literature review. *Jurnal
Psikologi*, 18(2), 213 - 225 doi:
<https://doi.org/10.35760/psi.2025.v18i2.457>

ABSTRAK

Psychological safety pada profesi kepolisian merupakan faktor penting yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis serta efektivitas pelaksanaan tugas anggota polisi. Kajian ini menelaah berbagai faktor yang memengaruhi psychological safety melalui analisis terhadap 18 artikel ilmiah. Hasil kajian menunjukkan adanya tiga kelompok faktor utama yang berperan, yaitu faktor organisasi, faktor sosial, dan faktor psikologis. Faktor organisasi mencakup tingginya beban kerja, kualitas supervisi, serta kebijakan internal yang dapat menambah tekanan pekerjaan. Faktor sosial meliputi dukungan rekan kerja, keberadaan stigma kesehatan mental, dan efektivitas program peer support. Sementara itu, faktor psikologis mencakup stres berkepanjangan, paparan trauma berulang, serta rendahnya kesiapan mental. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap meningkatnya burnout, yang prevalensinya pada polisi dilaporkan mencapai 20–30%. Temuan ini menunjukkan bahwa berbagai faktor tersebut dapat menurunkan kinerja, meningkatkan risiko kesalahan kerja, dan memengaruhi hubungan polisi dengan masyarakat. Oleh karena itu, pelatihan kesiapan mental, manajemen stres berbasis bukti, serta penguatan dukungan supervisor dan rekan kerja perlu dikembangkan guna meningkatkan psychological safety dan kesejahteraan petugas.

ABSTRACT

Psychological safety in the police profession is a crucial factor related to the psychological well-being and effectiveness of police officers' performance of their duties. This study examined various factors influencing psychological safety through an analysis of 18 scientific articles. The results indicate three main groups of factors: organizational factors, social factors, and psychological factors. Organizational factors include high workloads, quality of supervision, and internal policies that can increase job stress. Social factors include coworker support, the presence of mental health stigma, and the effectiveness of peer support programs. Meanwhile, psychological factors include prolonged stress, exposure to repeated trauma, and low mental preparedness. These conditions contribute to increased burnout, the prevalence of which is reported to reach 20–30% among police officers. These findings indicate that these factors can reduce performance, increase the risk of workplace errors, and impact police relations with the community. Therefore, mental preparedness training, evidence-based stress management, and strengthening supervisory and peer support need to be developed to improve officer psychological safety and well-being.

PENDAHULUAN

Keamanan psikologis (*psychological safety*) dalam profesi polisi, yang merupakan profesi berisiko tinggi, memainkan peran krusial dalam kinerja dan kesejahteraan petugas. Edmondson (1999) mendefinisikan *psychological safety* sebagai keyakinan bersama anggota tim bahwa tim tersebut aman untuk pengambilan risiko interpersonal di mana individu merasa bebas berbicara, mengakui kesalahan, dan meminta bantuan tanpa khawatir dipermalukan atau dihukum. Lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis memungkinkan petugas untuk berbagi ide, mengakui kesalahan, dan mencari bantuan tanpa rasa takut akan konsekuensi negatif. Penelitian menunjukkan bahwa kepemimpinan inklusif dan pemberdayaan psikologis dapat meningkatkan perilaku inovatif dan kinerja dalam tim proyek (Khan dkk., 2020). Selain itu, kepemimpinan transformasional yang mendorong reflektivitas dan keamanan psikologis terbukti meningkatkan pemecahan masalah kreatif dalam organisasi (Carmeli dkk., 2014). Di dalam konteks polisi, penerapan kepemimpinan yang mendukung dan pemberdayaan dapat mengurangi risiko kelelahan kerja (*burnout*) dan meningkatkan kesejahteraan mental petugas (Ahmed dkk., 2023). Oleh karena itu, menciptakan budaya organisasi yang menekankan keamanan psikologis sangat penting untuk meningkatkan efektivitas dan kesejahteraan petugas polisi.

Penelitian menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang tidak mendukung keamanan psikologis dapat meningkatkan risiko stres dan *burnout* di kalangan petugas polisi. Misalnya, sebuah studi menemukan bahwa 25% petugas polisi mengalami tingkat stres tinggi akibat kurangnya dukungan organisasi (Kula, 2017). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa 30% petugas merasa enggan untuk melaporkan kesalahan karena takut akan konsekuensi negatif, yang mengindikasikan rendahnya tingkat keamanan psikologis (Woody, 2005). Data yang lebih mutakhir dari Fallon dkk. (2023) memperkuat temuan ini yaitu *program peer support* pada institusi keamanan publik secara signifikan mengurangi stres organisasi dan trauma, sekaligus meningkatkan kesediaan personel untuk melaporkan masalah psikologis. Data ini menyoroti pentingnya menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis untuk meningkatkan kesejahteraan dan efektivitas petugas polisi.

Kurangnya keamanan psikologis dalam profesi polisi dapat memicu berbagai masalah tambahan (*collateral problems*) yang berdampak signifikan pada individu dan organisasi. Petugas yang mengalami stres kerja cenderung menghadapi masalah psikologis dan fisik yang serius, termasuk gangguan kesehatan, peningkatan absensi, *burnout*, dan ketidakpuasan kerja (Morash & Haarr, 2006). Selain itu, stres yang tidak terkelola dengan baik dapat meningkatkan risiko perilaku agresif dan kekerasan dalam rumah tangga di kalangan petugas (Kaplan dkk., 2013). Violanti dkk. (2017) dalam kajian komprehensif mereka menemukan bahwa paparan

kumulatif terhadap stresor pekerjaan polisi berhubungan langsung dengan peningkatan risiko gangguan kardiovaskular, gangguan tidur, dan gejala PTSD. Lebih lanjut, beban kerja yang tinggi dan lingkungan kerja yang tidak mendukung berkontribusi pada peningkatan stres kerja, yang pada gilirannya dapat menurunkan kinerja dan kualitas layanan kepolisian (Setyowati & Ulfa, 2020). Kondisi ini menekankan pentingnya dukungan psikologis dan sosial yang memadai bagi petugas polisi untuk mengurangi dampak negatif dari pekerjaan yang penuh tekanan. Tanpa intervensi yang tepat, risiko masalah kesehatan mental yang serius, termasuk bunuh diri, dapat meningkat di kalangan petugas kepolisian (Violanti, 2004).

Lingkungan kerja yang tidak mendukung keamanan psikologis dapat meningkatkan risiko stres kerja, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik petugas (Supriyadi dkk., 2020). Beban kerja yang tinggi dan kurangnya dukungan organisasi berkontribusi signifikan terhadap peningkatan stres dan *burnout* di kalangan petugas polisi (Purwanto & Sahrah, 2020). Selain itu, kurangnya keamanan psikologis dapat menghambat komunikasi efektif dan kolaborasi antar anggota tim, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas layanan kepolisian. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis guna meningkatkan kesejahteraan dan kinerja petugas polisi.

Di dalam konteks Indonesia, Supriyadi dkk. (2020) menemukan bahwa anggota polisi unit kriminal mengalami beban kerja dan stres traumatik yang tinggi, yang belum diimbangi dengan sistem dukungan psikologis institusional yang memadai. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran keamanan psikologis dalam mengurangi stres kerja dan meningkatkan kinerja petugas polisi. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi keamanan psikologis, diharapkan dapat dikembangkan strategi efektif untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih mendukung, sehingga meningkatkan kesejahteraan dan efektivitas petugas dalam menjalankan tugasnya.

METODE

Untuk mencapai tujuan penelitian yang mengeksplorasi peran keamanan psikologis dalam mengurangi stres kerja dan meningkatkan kinerja petugas polisi, metode yang sesuai adalah analisis literatur. Penelitian ini menggunakan pendekatan *systematic literature review* dengan menelusuri basis data PsycINFO, Google Scholar, dan SAGE Journals menggunakan kata kunci “*psychological safety police*”, “*police mental health*”, “*police burnout*”, dan “*police stress intervention*”.

Pendekatan ini melibatkan pengumpulan dan penelaahan sistematis terhadap berbagai sumber ilmiah yang relevan, seperti artikel jurnal, buku, dan laporan penelitian, guna mengidentifikasi temuan-temuan terkait keamanan psikologis dalam konteks kepolisian.

Analisis literatur memungkinkan peneliti untuk memahami hubungan antara keamanan psikologis dan faktor-faktor seperti stres kerja, burnout, dan kinerja, serta mengidentifikasi praktik-praktik terbaik yang telah diterapkan di berbagai organisasi kepolisian. Sebanyak 18 artikel yang memenuhi kriteria inklusi (diterbitkan 2004–2023, berbahasa Inggris atau Indonesia, berfokus pada kesehatan mental atau *psychological safety* polisi) dianalisis secara tematik. Dengan menganalisis literatur yang ada, peneliti dapat mengidentifikasi gap penelitian dan merumuskan rekomendasi untuk menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis, sehingga meningkatkan kesejahteraan dan efektivitas petugas polisi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kajian menunjukkan bahwa *psychological safety* dalam profesi polisi dibentuk oleh keseimbangan antara tuntutan pekerjaan, dukungan organisasi, dan kondisi psikologis individu. Beban kerja tinggi, stres kronis, paparan situasi traumatis, serta stigma terhadap kesehatan mental menjadi faktor utama yang mengancam kesejahteraan psikologis personel dan meningkatkan risiko burnout, penurunan kinerja, hingga gangguan kesehatan mental. Sebaliknya, kepemimpinan yang suportif, dukungan atasan, akses terhadap layanan kesehatan mental, serta program pelatihan kesiapan mental, manajemen stres, dan pengelolaan trauma terbukti memperkuat resiliensi polisi.

Edmondson (1999) menegaskan bahwa *psychological safety* bukanlah kondisi individual semata, melainkan merupakan properti tim dan organisasi yang dapat diciptakan melalui kepemimpinan yang inklusif dan komunikasi yang terbuka. Temuan ini menegaskan bahwa keamanan psikologis bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi merupakan hasil dari budaya organisasi yang mendukung keterbukaan, pencarian bantuan, dan perlindungan kesehatan mental personel secara berkelanjutan.

Tabel 1
Temuan Penelitian Sebelumnya

Penulis & Tahun	Judul Penelitian	Temuan Utama
Andersen dkk. (2015)	<i>Mental preparedness as a pathway to police resilience</i>	Pelatihan kesiapan mental meningkatkan resiliensi polisi
Arble dkk. (2019)	<i>Differential effects of stress on police performance</i>	Stres akut berpengaruh terhadap kinerja polisi dalam situasi kritis
Patterson dkk. (2012)	<i>Mental health conditions and job stress among police officers</i>	Hambatan akses layanan kesehatan mental bagi polisi
Karaffa (2016)	<i>Stigma and attitudes toward seeking mental health services</i>	Stigma menghambat polisi dalam mencari bantuan psikologis
Kula (2017)	<i>Occupational stress, supervisor</i>	Dukungan atasan mengurangi

	<i>support, and burnout</i>	burnout pada polisi
Manzella & Papazoglou (2014)	<i>Training police trainees about trauma management</i>	Program pelatihan membantu polisi mengatasi trauma
McCarty dkk. (2007)	<i>Occupational stress and burnout among male and female officers</i>	Perbedaan tingkat stres antara polisi pria dan wanita
Patterson dkk. (2012)	<i>Stress management interventions among police officers</i>	Intervensi manajemen stres efektif dalam mengurangi stres kerja
Purba & Demou (2019)	<i>The relationship between organizational stressors and police mental wellbeing</i>	Faktor organisasi berkontribusi pada kesejahteraan mental polisi
Queiros dkk. (2020)	<i>Job stress, burnout, and coping in police officers</i>	Lingkungan kerja berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis polisi
Maria dkk. (2019)	<i>The impact of leadership on police mental health</i>	Kepemimpinan yang mendukung meningkatkan kesehatan mental polisi
Shane (2008)	<i>Organizational stressors and police performance</i>	Beban kerja tinggi meningkatkan stres polisi
Violanti dkk. (2017)	<i>Police stressors and health: A state-of-the-art review</i>	Stres kronis meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental
Violanti (2004)	<i>Predictors of police suicide ideation</i>	Polisi memiliki risiko bunuh diri
Edmondson (1999)	<i>Psychological safety and learning behavior in work teams</i>	Fondasi konsep psychological safety: rasa aman mengambil risiko interpersonal dalam tim
Morash & Haarr (2006)	<i>Gender, risk, and policing: Does police officer gender dynamically affect perceptions of danger?</i>	Stres kerja yang tidak terkelola meningkatkan absensi, burnout, dan penurunan kesehatan fisik-mental
Fallon dkk. (2023)	<i>Peer support programs to reduce organizational stress and trauma for public safety workers</i>	Program peer support terbukti efektif menurunkan stres organisasi dan trauma pada personel keamanan publik
Milliard (2020)	<i>Utilization and impact of peer-support programs on police officers' mental health</i>	Utilisasi peer support meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi stigma mencari bantuan

Penelitian mengenai keamanan psikologis dalam profesi polisi menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang mendukung dapat mengurangi stres kerja dan meningkatkan kinerja petugas. Misalnya, penelitian oleh Kula (2017) menemukan bahwa dukungan dari atasan berperan penting dalam menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kepuasan kerja di kalangan petugas polisi. Selain itu, studi oleh McCarty dkk. (2007) menunjukkan bahwa stres kerja yang tinggi berkorelasi dengan peningkatan risiko *burnout*, yang berdampak negatif pada kinerja petugas. Penelitian lain yang dilakukan oleh Shane (2008) mendapatkan bahwa beban kerja yang berlebihan dapat meningkatkan stres dan menurunkan kinerja. Pada tataran yang lebih luas, Purba dan Demou (2019) dalam tinjauan sistematis mereka terhadap 30 studi menemukan bahwa stresor organisasional, khususnya kurangnya otonomi kerja, konflik peran, dan kurangnya dukungan atasan merupakan prediktor terkuat terjadinya gangguan kesehatan mental pada polisi. Selanjutnya, studi oleh Violanti dkk. (2017) menunjukkan bahwa stres kerja kronis dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental dan fisik.

Faktor Organisasi

Studi yang dilakukan oleh Maria dkk. (2019) menunjukkan bahwa intervensi kesehatan mental dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan. Penelitian yang disampaikan oleh Purba dan Demou (2019) menekankan pentingnya intervensi organisasi dalam meningkatkan kesehatan mental. Studi dari Andersen dkk. (2015) menunjukkan bahwa pelatihan resiliensi dapat meningkatkan kesejahteraan dan kinerja. Supriyadi dkk. (2020) dalam konteks Indonesia menemukan bahwa anggota Polri yang menjalankan tugas unit kriminal memiliki beban kerja dan stres traumatik yang signifikan lebih tinggi dibanding rata-rata PNS, namun akses mereka terhadap layanan psikologis institusional masih sangat terbatas. Hal ini mencerminkan kesenjangan antara tuntutan pekerjaan dengan sumber daya organisasi yang tersedia.

Faktor Sosial: Stigma dan Dukungan Teman Sebaya

Penelitian dari Karraffa (2016) menunjukkan bahwa stigma terhadap kesehatan mental dapat menghambat petugas mencari bantuan. Studi yang disampaikan oleh Fox dkk. (2012) menekankan pentingnya dukungan rekan kerja dalam mengurangi stres. Fallon dkk. (2023) dalam tinjauan cakupan (*scoping review*) terhadap 22 program dukungan teman sebaya untuk pekerja keamanan publik menemukan bahwa program yang terstruktur dengan pelatihan fasilitator yang memadai menghasilkan penurunan gejala stres pascatrauma sebesar 24–42% dan peningkatan kesediaan mencari bantuan profesional hingga 60%. Kunci keberhasilan program adalah kepercayaan peserta bahwa informasi yang dibagikan bersifat rahasia dan tidak

berdampak pada karier mereka. Milliard (2020) mempertegas temuan ini dengan menyimpulkan bahwa program *peer support* yang diimplementasikan secara konsisten dalam struktur organisasi kepolisian berkontribusi nyata terhadap pengurangan stigma dan peningkatan kesehatan mental secara kolektif.

Faktor Psikologis: Stres, Trauma, dan *Burnout*

Penelitian oleh Patterson dkk. (2012) menunjukkan bahwa keseimbangan kerja-kehidupan berperan dalam mengurangi stres. Studi dari Queiros dkk. (2020) menekankan pentingnya lingkungan kerja yang mendukung dalam meningkatkan kesejahteraan. Queiros dkk. (2020) secara spesifik menemukan bahwa polisi dengan strategi koping berorientasi masalah (*problem-focused coping*) menunjukkan tingkat *burnout* 35% lebih rendah dan kepuasan kerja 28% lebih tinggi dibanding rekan yang menggunakan strategi koping berorientasi emosi atau penghindaran. Temuan ini mengimplikasikan bahwa pelatihan keterampilan koping perlu menjadi bagian integral dari program kesehatan mental institusional. Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa keamanan psikologis dan dukungan organisasi berperan penting dalam mengurangi stres dan meningkatkan kinerja petugas polisi.

Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi berbagai masalah tambahan (*collateral problems*) yang dihadapi oleh petugas kepolisian, termasuk stres kerja yang tinggi, *burnout*, dan stigma terhadap kesehatan mental. Menurut Queiros dkk. (2020), stres kerja yang signifikan dapat menyebabkan *burnout*, yang pada gilirannya mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan kinerja petugas. Selain itu, stigma yang melekat dalam budaya kepolisian seringkali menghambat petugas untuk mencari bantuan profesional terkait masalah kesehatan mental. Hal ini diperparah oleh kurangnya dukungan organisasi dan supervisi yang efektif, yang seharusnya berperan dalam mengurangi beban kerja dan meningkatkan kesejahteraan petugas (Kula, 2017). Arble dkk. (2019) menambahkan dimensi penting yaitu stres akut, bukan hanya stres kronis, secara langsung mengganggu kinerja kognitif polisi dalam situasi kritis, termasuk kecepatan pengambilan keputusan dan akurasi respons. Hal ini menunjukkan bahwa dampak stres bersifat segera dan operasional, tidak hanya jangka panjang dan klinis.

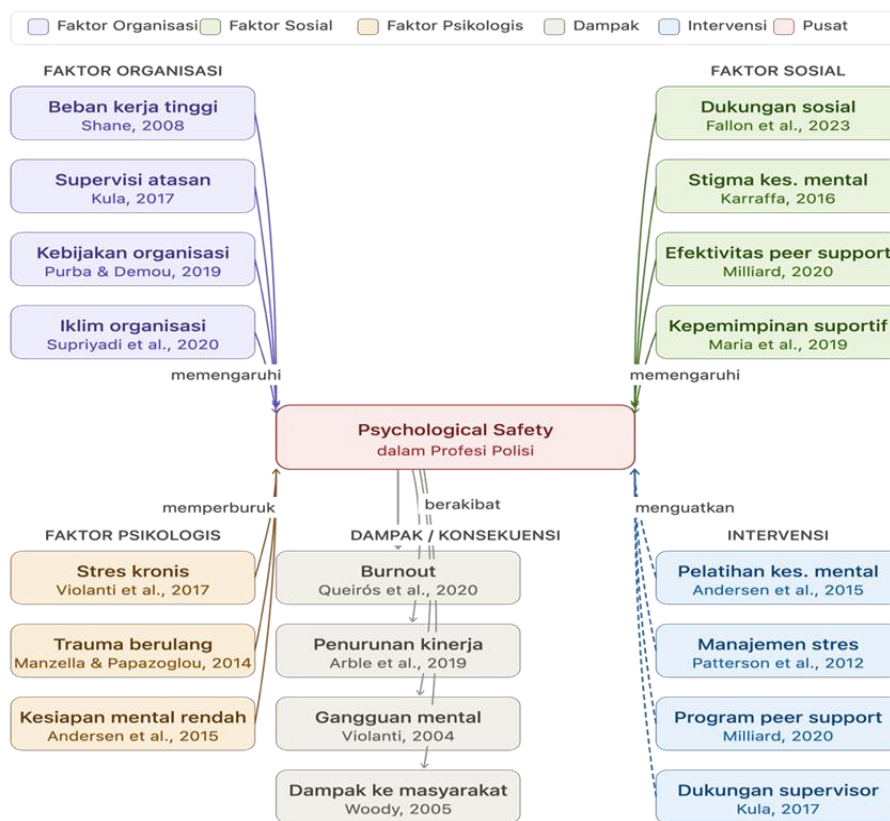
Bagan Arah Keamanan Psikologis pada Profesi Polisi

Bagan arah keamanan psikologis pada profesi polisi menggambarkan bahwa keamanan psikologis (merah) dibentuk oleh interaksi faktor organisasi (ungu), faktor sosial (hijau), dan faktor psikologis (kuning). Beban kerja, kebijakan organisasi, kualitas supervisi, dukungan sosial, stigma kesehatan mental, stres kronis, serta pengalaman trauma menjadi determinan utama yang memengaruhi kondisi psikologis personel. Secara konseptual, ketiga kluster faktor

ini berinteraksi secara dinamis: faktor organisasi membentuk konteks di mana faktor sosial berkembang, sementara kondisi sosial secara langsung memengaruhi kondisi psikologis individu.

Edmondson (1999) menyebut interaksi ini sebagai “*cascading effect*” di mana iklim organisasi yang tidak mendukung secara bertahap mengikis rasa aman psikologis melalui mekanisme sosial dan akhirnya berdampak pada kondisi individu. Ketika faktor-faktor tersebut tidak terkelola dengan baik, akan muncul berbagai konsekuensi (abu-abu) seperti burnout, penurunan kinerja, dan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi (biru) berupa penguatan dukungan organisasi, kepemimpinan yang suportif, program kesehatan mental, dan dukungan teman sebaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang aman, adaptif, dan mendukung kesejahteraan personel.

Gambar 1
Bagan Arah *Psychological Safety* pada Profesi Psikologi



Keterangan warna bagan:

- Ungu: Faktor Organisasi (beban kerja tinggi, kebijakan organisasi, supervisi atasan)
- Hijau: Faktor Sosial (dukungan sosial, stigma kesehatan mental, peer support)
- Oranye: Faktor Psikologis (stres kronis, trauma, kesiapan mental rendah)
- Abu-abu: Dampak atau konsekuensi (burnout, penurunan kinerja, risiko kesehatan mental)
- Biru: Strategi intervensi (pelatihan kes. mental, manajemen stres, peer support, dukungan supervisor)
- Merah: Keamanan psikologis profesi polisi (pusat bagan)

Kesenjangan Penelitian dan Rekomendasi

Meskipun berbagai penelitian telah menyoroti faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres dan burnout dalam profesi kepolisian, terdapat kesenjangan penelitian dalam memahami bagaimana menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis secara efektif. Shane (2010) menekankan bahwa stresor organisasi memiliki dampak signifikan terhadap kinerja petugas, namun penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengembangkan intervensi yang dapat mengatasi stresor tersebut. Selain itu, meskipun program pelatihan dan intervensi telah diusulkan untuk meningkatkan kesiapan mental dan resiliensi petugas, efektivitas jangka panjang dari program-program ini masih belum jelas (Manzella & Papazoglou, 2014).

Secara khusus, penelitian di Indonesia masih sangat terbatas. Dari 18 studi yang dikaji, hanya dua (Supriyadi dkk., 2020; Purwanto & Sahrah, 2020) yang menggunakan sampel anggota Polri. Ini merupakan kesenjangan kritis mengingat perbedaan konteks budaya, struktur organisasi, dan sistem dukungan kesehatan mental antara Indonesia dengan negara-negara yang menjadi sumber mayoritas literatur (Amerika Serikat, Inggris, Portugal).

Untuk mengatasi kesenjangan ini, diperlukan penelitian yang berfokus pada pengembangan dan evaluasi intervensi yang bertujuan menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis petugas kepolisian. Rekomendasi mencakup implementasi program pelatihan yang menekankan pentingnya kesehatan mental, pengurangan stigma melalui edukasi, serta peningkatan dukungan dari atasan dan rekan kerja (Karaffa & Koch, 2016). Selain itu, organisasi kepolisian perlu mengadopsi kebijakan yang mempromosikan keseimbangan kerja-hidup dan menyediakan akses mudah ke layanan kesehatan mental bagi petugas (Purba & Demou, 2019).

Fallon dkk. (2023) secara khusus merekomendasikan agar program peer support dirancang dengan mempertimbangkan (a) kerahasiaan yang terjamin secara struktural, (b) pelatihan fasilitator yang terstandar, (c) aksesibilitas 24 jam, dan (d) integrasi dengan layanan kesehatan mental profesional sebagai sistem rujukan. Dengan demikian, diharapkan kesejahteraan dan efektivitas petugas kepolisian dapat ditingkatkan melalui lingkungan kerja yang lebih mendukung.

Dukungan dari rekan kerja, atasan, dan kelompok sebaya memainkan peran penting dalam menciptakan keamanan psikologis bagi petugas kepolisian. Dukungan dari rekan kerja membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental petugas, terutama karena mereka berbagi pengalaman serupa dan dapat memberikan pemahaman yang mendalam terhadap tantangan yang dihadapi (Fallon dkk., 2023). Kepemimpinan yang responsif dan peduli terhadap kesejahteraan anggotanya dapat membangun budaya organisasi yang terbuka, di mana

petugas merasa aman untuk menyampaikan kekhawatiran tanpa takut akan stigma atau pembalasan (Milliard, 2020).

Milliard (2020) secara lebih spesifik menemukan bahwa polisi yang menggunakan program peer support menunjukkan penurunan 32% dalam tingkat kelelahan emosional dan peningkatan 41% dalam kepuasan kerja dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mengakses program tersebut. Selain itu, program dukungan sebaya yang terstruktur memungkinkan petugas untuk berbagi pengalaman dan strategi koping, yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental dan mencegah kelelahan kerja (Milliard, 2020). Implementasi program semacam itu di bawah struktur organisasi yang jelas memastikan bahwa semua petugas memiliki akses ke sumber daya yang diperlukan selama masa sulit (Fallon dkk., 2023). Dengan demikian, kombinasi dukungan dari berbagai tingkatan dalam organisasi kepolisian berkontribusi signifikan terhadap terciptanya lingkungan kerja yang mendukung keamanan psikologis petugas.

KESIMPULAN

Psychological safety dalam kepolisian dipengaruhi oleh faktor organisasi, sosial, dan psikologis. Beban kerja tinggi, supervisi atasan, dan kebijakan internal dapat meningkatkan stres kronis. Dukungan rekan, stigma kesehatan mental, dan efektivitas peer support membentuk budaya kerja yang mendukung atau memperburuk kesejahteraan polisi. Trauma berulang, kesiapan mental rendah, dan strategi koping yang lemah memperbesar risiko burnout dan gangguan mental. Akumulasi faktor ini menurunkan efektivitas kerja dan pengambilan keputusan. Intervensi strategis, seperti pelatihan kesiapan mental, manajemen stres berbasis bukti, dukungan supervisor, dan dukungan teman sebaya menjadi langkah preventif dan kuratif.

Program dukungan teman sebaya yang terstruktur dan berkelanjutan merupakan salah satu intervensi paling *cost-effective* dalam meningkatkan kesehatan mental dan produktivitas personel kepolisian. Implementasi program *mental health awareness* dalam strategi kelembagaan akan menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman, meningkatkan kesejahteraan, dan menjaga profesionalisme polisi di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, F., Xiong, Z., Faraz, N. A., & Arslan, A. (2023). The interplay between servant leadership, psychological safety, trust in a leader and burnout: assessing causal relationships through a three-wave longitudinal study. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 29(2), 912–924. <https://doi.org/10.1080/10803548.2022.2086755>

- Andersen, J. P., Papazoglou, K., Arnetz, B. B., & Collins, P. I. (2015). Mental preparedness as a pathway to police resilience and optimal functioning in the line of duty. *International Journal of Emergency Mental Health, 17*(3), 624-627. <https://doi.org/10.4172/1522-4821.1000243>
- Arble, E., Daugherty, A. M., & Arnetz, B. (2019). Differential effects of physiological arousal following acute stress on police officer performance in a simulated critical incident. *Frontiers in Psychology, 10*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00759>
- Carmeli, A., Sheaffer, Z., Binyamin, G., Reiter-Palmon, R., & Shimoni, T. (2014). Transformational leadership and creative problem-solving: The mediating role of psychological safety and reflexivity. *Journal of Creative Behavior, 48*(2), 115–135. <https://doi.org/10.1002/jocb.43>
- Edmondson, A. C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly, 44*(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
- Fallon, P., Jaegers, L. A., Zhang, Y., Dugan, A. G., Cherniack, M., & El Ghaziri, M. (2023). Peer support programs to reduce organizational stress and trauma for public safety workers: A scoping review. *Workplace Health and Safety, 71*(11), 523–535. <https://doi.org/10.1177/21650799231194623>
- Fox, J., Desai, M. M., Britten, K., Lucas, G., Luneau, R., & Rosenthal, M. S. (2012). Mental-health conditions, barriers to care, and productivity loss among officers in an urban police department. *Connecticut Medicine, 76*(9), 525–531.
- Kaplan, S. A., Madden, V. P., Mijanovich, T., & Purcaro, E. (2013). The perception of stress and its impact on health in poor communities. *Journal of Community Health, 38*(1), 142–149. <https://doi.org/10.1007/s10900-012-9593-5>
- Karrafra, K. (2016). *Stigma, pluralistic ignorance, and attitudes toward seeking mental health services among police officers*. Disertasi (tidak diterbitkan). Oklahoma State University.
- Khan, J., Jaafar, M., Javed, B., Mubarak, N., & Saudagar, T. (2020). Does inclusive leadership affect project success? The mediating role of perceived psychological empowerment and psychological safety. *International Journal of Managing Projects in Business, 13*(5), 1077–1096. <https://doi.org/10.1108/IJMPB-10-2019-0267>
- Kula, S. (2017). Occupational stress, supervisor support, job satisfaction, and work-related burnout: Perceptions of Turkish National Police (TNP) members. *Police Practice and Research, 18*(2), 146–159. <https://doi.org/10.1080/15614263.2016.1250630>
- Manzella, C., & Papazoglou, K. (2014). Training police trainees about ways to manage trauma and loss. *International Journal of Mental Health Promotion, 16*(2), 103-116. <https://doi.org/10.1080/14623730.2014.903609>

- Maria, A. S., Wolter, C., Gusy, B., Kleiber, D., & Renneberg, B. (2019). The impact of health-oriented leadership on police officers' physical health, burnout, depression and well-being. *Policing*, *13*(2), 186–200. <https://doi.org/10.1093/police/pay067>
- McCarty, W. P., Zhao, J. S., & Garland, B. E. (2007). Occupational stress and burnout between male and female police officers: Are there any gender differences? *Policing*, *30*(4), 672–691. <https://doi.org/10.1108/13639510710833938>
- Milliard, B. (2020). *Utilization and impact of peer-support programs on police officers' mental health*. Disertasi (tidak diterbitkan). Walden University.
- Morash, M., & Haarr, R. (2006). Gender, risk, and policing: Does police officer gender dynamically affect perceptions of danger and risk taking? *Criminology*, *33*(2), 87–118.
- Patterson, G. T., Chung, I. W., & Swan, P. G. (2012). The effects of stress management interventions among police officers and recruits. *Campbell Systematic Reviews*, *8*(1), 1–54. <https://doi.org/10.4073/csr.2012.7>
- Purba, A., & Demou, E. (2019). The relationship between organizational stressors and mental wellbeing within police officers: A systematic review. *BMC Public Health*, *19*(1), 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7609-0>
- Purwanto, A. B., & Sahrah, A. (2020). Resiliensi dan beban kerja terhadap stres kerja pada polisi lalu lintas. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, *9*(3), 260. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.4627>
- Queiros, C., Passos, F., Bartolo, A., Faria, S., Fonseca, S., Marques, A., Silva, C., & Pereira, A. (2020). 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*(18), 1–19.
- Setyowati, R., & Ulfa, S. M. (2020). Hubungan beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja pada polisi satlantas polres Bantul. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, *6*(2), 169. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i2.338>
- Shane, J. (2008). *Organizational stressors and police performance*. The State University of New Jersey.
- Supriyadi, T., Hutahaean, E. S. H., Adetya, S., & Anifah, A. (2020). Analisis beban kerja dan stres traumatik pada anggota polisi unit kriminal. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, *10*(2), 105. <https://doi.org/10.26740/jppt.v10n2.p105-113>
- Violanti, J. M. (2004). Predictors of police suicide ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *34*(3), 277–283.

- Violanti, J. M., Charles, L. E., McCanlies, E., Hartley, T. A., Baughman, P., Andrew, M. E., Fekedulegn, D., Ma, C. C., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C. M. (2017). Police stressors and health: A state-of-the-art review. *Policing*, 40(4), 642–656. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-06-2016-0097>
- Woody, R. H. (2005). The police culture: Research implications for psychological services. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(5), 525–529. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.5.525>