

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 01 Kisi-Kisi Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres

Variabel	Aspek	Komponen	Indikator	Item
Strategi penanggulangan stres : seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" melakukan usaha-usaha untuk mengatasi beban kerja yang dianggap melampaui kemampuannya ketika melaksanakan tugas menghadapi massa	Berpusat pada masalah	<i>Planfull Problem Solving</i> : seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" menyusun rencana dan melakukan <i>briefing</i> sebelum menghadapi massa, mencari informasi tentang keadaan lapangan yang akan dihadapi, menganalisa situasi yang akan dihadapi saat bertugas, dan mencari alternatif untuk menyelesaikan masalah dalam menghadapi massa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menganalisa masalah dan situasi</li> <li>▪ Membuat rencana</li> <li>▪ Belajar dari pengalaman dan berbuat lebih baik</li> <li>▪ Kreatif, mencari alternatif penyelesaian masalah</li> </ul>	<p>2. Saya mencoba menganalisa keadaan lapangan dan kondisi massa yang akan saya hadapi ketika bertugas agar saya dapat memahami situasi.</p> <p>1. Saat saya menghadapi massa yang sulit dikendalikan, saya mengatasinya tanpa pikir panjang.</p> <p>13. Saya membuat rencana terlebih dahulu untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.</p> <p>16. Pengalaman saya bertugas sebelumnya tidak membuat saya melakukan tugas dengan lebih baik.</p> <p>20. Saya belajar dari pengalaman saya sebelumnya saat bertugas sehingga hasil kerja saya menjadi lebih baik.</p> <p>25. Berdasarkan pengalaman saya sebelumnya, saya tahu apa yang harus saya lakukan saat bertugas, oleh karena itu saya berusaha keras melakukannya dengan baik.</p> <p>9. Saya mencoba menyampaikan ide saya pada komandan tentang cara lain yang lebih efektif untuk mengatasi massa.</p>
		<i>Confrontative Coping</i> : seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" bereaksi agresif mengungkapkan emosi yang dirasakan saat melaksanakan tugas secara langsung,	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mengekspresikan perasaan</li> <li>▪ Melakukan berbagai hal untuk menyelesaikan masalah</li> </ul>	<p>15. Saya mengungkapkan kekesalan yang saya rasakan saat bertugas.</p> <p>18. Saya berani mengambil resiko untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.</p> <p>36. Saya meminta arahan dari komandan tentang apa yang harus dilakukan untuk mengatasi massa.</p> <p>41. Saat saya menghadapi kesulitan</p>

		memegang teguh prinsip yang diyakini saat bertugas, dan melakukan hal lain diluar prosedur yang telah ditetapkan untuk menyelesaikan masalah ketika menghadapi tugas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memegang prinsip</li> </ul>	<p>dalam menghadapi massa, saya akan meminta bantuan komandan.</p> <p>24. Saat bertugas, saya bertindak sesuai dengan prinsip kerja yang saya yakini.</p>
	Berpusat pada emosi	<i>Distancing:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" menolak memikirkan beban kerjanya saat bertugas, dan menghindari terlibat dalam masalah yang berhubungan dengan beban kerja yang dihadapi.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menolak memikirkan masalah</li> <li>▪ Mencoba melupakan masalah</li> <li>▪ Menunggu dan membiarkan masalah</li> </ul>	<p>22. Saya berpikir bahwa tugas mengendalikan massa bukan tugas yang berat bagi saya.</p> <p>43. Saat bertugas menghadapi massa saya berpikir tidak memikul tanggung jawab yang besar.</p> <p>10. Saya berusaha untuk melupakan beban yang saya rasakan ketika bertugas.</p> <p>45. Saya melupakan masalah yang saya hadapi saat bertugas.</p> <p>3. Ketika sedang bertugas, saya berpikir bahwa seiring berjalannya waktu saya dapat menyelesaikan tugas tersebut tanpa harus melakukan sesuatu.</p>
		<i>Self-control:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" menjaga perasaan maupun tindakannya agar tetap tenang, tidak tergesa-gesa, dan memotivasi diri sendiri saat melaksanakan tugas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menyimpan perasaan sendiri</li> <li>▪ Tidak bertindak tergesa-gesa</li> <li>▪ Menjaga perasaan dan tindakan</li> <li>▪ Memotivasi diri</li> </ul>	<p>7. Ketika bertugas, saya memendam perasaan yang saya rasakan agar tidak mengganggu kinerja saya dalam bekerja.</p> <p>38. Saya berusaha tidak tergesa-gesa dalam bertindak saat bertugas.</p> <p>27. Saya berusaha agar pikiran dan perasaan saya tidak terganggu oleh hal lain saat bertugas.</p> <p>32. Saya memikirkan apa yang akan saya lakukan untuk menyelesaikan tugas saya agar tidak terjadi kesalahan.</p> <p>5. Saya berusaha untuk tidak menyerah ketika bertugas walaupun</p>

				<p>saya merasa lelah.</p> <p>33. Saya mencontoh bagaimana komandan saya bertindak dalam menghadapi massa.</p>
		<p><i>Seeking social support:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" mencari dukungan, menerima rasa simpati dan pengertian orang lain, mendapatkan bantuan, dan berbicara atau berbagi cerita dengan rekan kerja atau keluarga mengenai beban kerja yang dihadapi saat bertugas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mencari informasi, bantuan</li>   <li>▪ Mencari simpati dan pengertian orang lain</li>   <li>▪ Bercerita dengan orang lain</li> </ul>	<p>11. Saya melakukan konsultasi dengan komandan untuk membantu saya dalam menyelesaikan tugas.</p> <p>17. Saya meminta bantuan kepada rekan sesama anggota Dalmas saat saya menghadapi masalah dalam bertugas.</p> <p>37. Saya berharap orang lain mengerti tentang beban kerja saya sebagai anggota Dalmas.</p> <p>42. Ketika menghadapi masalah dalam bertugas, saya berusaha mencari simpati dari orang lain.</p> <p>23. Saya bercerita pada orang lain tentang beban kerja yang saya rasakan saat bertugas.</p>
		<p><i>Accepting responsibility:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" mengakui peran dirinya sebagai anggota kepolisian yang harus bertugas menjaga keamanan dan ketertiban, pasrah, menerima kritik dan evaluasi diri, mencoba menilai masalah secara objektif dan menyadari bahwa beban kerja yang ditanggung merupakan tanggung jawab saat melaksanakan tugas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mengkritik dan evaluasi diri</li>   <li>▪ Menyadari tanggung jawab</li>   <li>▪ Pasrah terhadap keadaan</li>   <li>▪ Mencoba menilai secara objektif</li> </ul>	<p>12. Saya berusaha memperbaiki keadaan apabila saya melakukan kesalahan ketika bertugas.</p> <p>26. Saya menyadari bahwa tugas mengendalikan massa merupakan salah satu tanggung jawab saya sebagai polisi.</p> <p>34. Saya pasrah menerima tugas saya sebagai anggota Dalmas.</p> <p>40. Saya berusaha berpikir objektif dalam menghadapi masalah saat bertugas.</p> <p>44. Saya bertanya pendapat orang lain tentang masalah yang saya hadapi saat mengendalikan massa.</p>

		<p><i>Escape avoidance:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di kota "X" berusaha menghindari saat melaksanakan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak menunjang pekerjaannya, melimpahkan masalah pada orang lain dan berharap keadaan yang dihadapi dapat berubah dengan sendirinya.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menghindar dengan melakukan aktivitas lain</li> <li>▪ Menghindari orang-orang</li> <li>▪ Melimpahkan masalah pada orang lain</li> <li>▪ Berharap keadaan yang dihadapi dapat berubah dengan sendirinya</li> <li>▪ Beristirahat, makan, merokok lebih dari biasanya</li> </ul>	<p>35. Saya terus memikirkan beban kerja saya saat bertugas.</p> <p>21. Selesai bertugas, saya memilih untuk segera pulang dan beristirahat.</p> <p>39. Saya berharap orang lain dapat menggantikan saya dalam bertugas.</p> <p>6. Saya berharap dapat bertugas di fungsi lain di kepolisian.</p> <p>29. Saya berharap bisa mendapatkan tugas lain selain mengendalikan massa.</p> <p>30. Saya berharap saya dapat menyelesaikan tugas tanpa perasaan tertekan.</p> <p>8. Jika memungkinkan, saat bertugas saya akan mundur dari barisan untuk istirahat dalam jangka waktu yang lebih lama.</p>
		<p><i>Positive reappraisal:</i> seberapa sering anggota Dalmas Polwiltabes di Kota "X" memikirkan sisi positif dari masalah yang dihadapi, mengembangkan kemampuan diri dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius seperti berdoa saat melaksanakan tugas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melihat sisi positif dari masalah</li> <li>▪ Berusaha mengembangkan diri lebih baik</li> <li>▪ Berdoa</li> </ul>	<p>4. Saya berpikir tugas mengendalikan massa tidak memberikan tambahan pengetahuan bagi saya sebagai anggota polisi.</p> <p>14. Saya berpikir tugas yang saya lakukan dapat membuat keamanan dan ketertiban lingkungan tetap terjaga.</p> <p>19. Saya berpikir tugas mengendalikan massa menambah pengalaman saya sebagai anggota polisi.</p> <p>28. Saya berusaha lebih mengendalikan emosi agar dapat menjalankan tugas lebih baik.</p> <p>31. Sebelum bertugas, saya berinisiatif berdoa lebih dulu.</p>

## Lampiran 02 Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Saat saya menghadapi massa yang sulit dikendalikan, saya mengatasinya tanpa pikir panjang.				
2.	Saya mencoba menganalisa keadaan lapangan dan kondisi massa yang akan saya hadapi ketika bertugas agar saya dapat memahami situasi.				
3.	Saya mengobrol saat bertugas untuk mengalihkan pikiran saya dari beban kerja yang berat.				
4.	Ketika sedang bertugas, saya berpikir bahwa seiring berjalannya waktu saya dapat menyelesaikan tugas tersebut tanpa harus melakukan sesuatu.				
5.	Saya berpikir tugas mengendalikan massa tidak memberikan tambahan pengetahuan bagi saya sebagai anggota polisi.				
6.	Saya akan melakukan berbagai cara untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat saya bertugas.				
7.	Saya melapor langsung pada komandan tentang kesulitan yang saya hadapi saat bertugas.				
8.	Saat akan bertugas, saya tidak mencari tahu informasi lebih banyak tentang situasi massa yang akan saya hadapi.				

9.	Saya melakukan evaluasi terhadap diri saya jika saya melakukan kesalahan ketika bertugas.				
10.	Saya berusaha untuk tidak menyerah ketika bertugas walaupun saya merasa lelah.				
11.	Saya berharap dapat bertugas di fungsi lain di kepolisian.				
12.	Saya pasrah menerima tugas sebagai anggota Dalmas dalam mengendalikan massa.				
13.	Saya berpikir bahwa tugas mengendalikan massa adalah tugas yang berat bagi saya.				
14.	Ketika bertugas, saya memendam perasaan yang saya rasakan agar tidak mengganggu kinerja saya dalam bekerja.				
15.	Saya berpikir tugas mengendalikan massa merupakan tugas yang memberikan beban pada diri saya.				
16.	Jika memungkinkan, saat bertugas saya akan mundur dari barisan untuk istirahat dalam jangka waktu yang lebih lama.				
17.	Saya mengungkapkan kemarahan saya pada orang yang menimbulkan masalah saat saya bertugas.				
18.	Saya mencari simpati dari orang lain ketika menghadapi masalah dalam bertugas.				
19.	Saya berpikir bahwa saya tidak mampu melaksanakan tugas dengan baik.				
20.	Saya mencoba menyampaikan ide saya pada komandan tentang cara lain yang lebih efektif untuk mengatasi massa.				

21.	Saya berusaha untuk melupakan beban yang saya rasakan ketika bertugas.				
22.	Saya melakukan konsultasi dengan komandan untuk membantu saya dalam menyelesaikan tugas.				
23.	Saya melakukan latihan fisik untuk mempersiapkan diri saya dalam bertugas.				
24.	Saya akan langsung turun ke lapangan untuk bertugas tanpa perlu mengamati situasi massa yang akan dihadapi.				
25.	Saya berusaha memperbaiki keadaan apabila saya melakukan kesalahan ketika bertugas.				
26.	Saya membuat rencana terlebih dahulu untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.				
27.	Saya berpikir tugas yang saya lakukan dapat membuat keamanan dan ketertiban lingkungan tetap terjaga.				
28.	Saya mengungkapkan kekesalan yang saya rasakan saat bertugas.				
29.	Saya menyadari bahwa masalah yang timbul saat bertugas bersumber dari saya.				
30.	Pengalaman saya bertugas sebelumnya tidak membuat saya melakukan tugas dengan lebih baik.				
31.	Saya meminta bantuan kepada rekan sesama anggota Dalmas saat saya menghadapi masalah dalam bertugas.				



32.	Ketika bertugas, saya meminta ijin pada komandan untuk mundur dari barisan dan beristirahat sejenak.				
33.	Agar saya merasa lebih tenang saat bertugas, saya merokok lebih banyak dari biasanya.				
34.	Saya berani mengambil resiko untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.				
35.	Saya mencoba untuk berhati-hati dalam bertugas.				
36.	Saya berpikir tugas mengendalikan massa menambah pengalaman saya sebagai anggota polisi.				
37.	Dalam bertugas, saya berani melakukan hal-hal diluar prinsip kerja yang saya yakini.				
38.	Dengan bertugas mengendalikan massa, saya merasa mendapat pengalaman berharga yang membuat saya menjadi anggota polisi yang lebih baik.				
39.	Saya belajar dari pengalaman saya sebelumnya saat bertugas sehingga hasil kerja saya menjadi lebih baik.				
40.	Selesai bertugas, saya memilih untuk segera pulang dan beristirahat.				
41.	Saya tidak ingin memikirkan terlalu banyak tentang tanggung jawab saya ketika bertugas.				
42.	Saat bertugas saya tidak meminta bantuan dari orang lain.				

43.	Saya berusaha agar orang lain tidak mengetahui tentang beban kerja yang berat yang harus saya tanggung.				
44.	Saya berpikir bahwa tugas mengendalikan massa bukan tugas yang berat bagi saya.				
45.	Saya bercerita pada orang lain tentang beban kerja yang saya rasakan saat bertugas.				
46.	Saat bertugas, saya bertindak sesuai dengan prinsip kerja yang saya yakini.				
47.	Saya menganggap masalah yang timbul saat bertugas merupakan kesalahan komandan yang memberi instruksi.				
48.	Pengalaman saya sebelumnya saat bertugas tidak mempengaruhi cara kerja saya saat ini.				
49.	Berdasarkan pengalaman saya sebelumnya, saya tahu apa yang harus saya lakukan saat bertugas, oleh karena itu saya berusaha keras melakukannya dengan baik.				
50.	Saya percaya bahwa tugas mengendalikan massa merupakan tugas yang memiliki tanggung jawab yang besar.				
51.	Saya berjanji pada diri saya sendiri bahwa saya akan bertugas dengan lebih baik di masa yang akan datang.				
52.	Saya sudah cukup puas dengan cara-cara yang di instruksikan komandan setiap kali menyelesaikan tugas.				
53.	Saya menyadari bahwa tugas mengendalikan massa merupakan salah satu tanggung jawab saya sebagai polisi.				

54.	Saya berusaha agar pikiran dan perasaan saya tidak terganggu oleh hal lain saat bertugas.				
55.	Saya memang berharap sebagai anggota polisi saya ditugaskan untuk mengendalikan massa.				
56.	Saya berusaha lebih mengendalikan emosi agar dapat menjalankan tugas lebih baik.				
57.	Saya berharap bisa mendapatkan tugas lain selain mengendalikan massa.				
58.	Saya berharap tugas yang saya lakukan dapat segera selesai tanpa saya harus bekerja keras.				
59.	Saya berharap saya dapat menyelesaikan tugas tanpa perasaan tertekan.				
60.	Sebelum bertugas, saya berinisiatif berdoa lebih dulu.				
61.	Saya pasrah menghadapi hal terburuk yang mungkin terjadi selama saya bertugas.				
62.	Saya memikirkan apa yang akan saya lakukan untuk menyelesaikan tugas saya agar tidak terjadi kesalahan.				
63.	Saya mencontoh bagaimana komandan saya bertindak dalam menghadapi massa.				
64.	Saya meminta pendapat orang lain ketika saya menghadapi masalah dalam bertugas.				
65.	Saya pasrah menerima tugas saya sebagai anggota Dalmas.				
66.	Saya terus memikirkan beban kerja saya saat bertugas.				
67.	Saya meminta arahan dari komandan tentang apa yang harus dilakukan untuk mengatasi massa.				

68.	Jika menghadapi masalah dalam bertugas, saya tidak akan memikirkan langkah yang harus dilakukan untuk mengatasinya.				
69.	Saya berharap orang lain mengerti tentang beban kerja saya sebagai anggota Dalmas.				
70.	Saya tidak ingin memikirkan masalah yang saya hadapi saat bertugas.				
71.	Saya berusaha tidak tergesa-gesa dalam bertindak saat bertugas.				
72.	Saya berbagi cerita tentang masalah yang saya hadapi saat bertugas.				
73.	Setelah selesai bertugas, saya berharap bisa segera pulang dan tidak ikut membahas masalah yang muncul saat bertugas.				
74.	Saya berharap orang lain dapat menggantikan saya dalam bertugas.				
76.	Berdoa tidak membantu saya dalam bertugas.				
77.	Saya berusaha berpikir objektif dalam menghadapi masalah saat bertugas.				

### Lampiran 03 Hasil Perhitungan Validitas Alat Ukur

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Masalah Aspek

*Planfull Problem Solving*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
1	0,342	Dipakai
2	0,683	Dipakai
20	0,531	Dipakai
24	0,290	Tidak dipakai
26	0,672	Dipakai
30	0,333	Dipakai
39	0,809	Dipakai
48	0,223	Tidak dipakai
49	0,438	Dipakai
52	0,059	Tidak dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Masalah Aspek

*Confrontative Coping*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
6	0,158	Tidak dipakai
7	0,387	Dipakai
17	0,133	Tidak dipakai
28	0,336	Dipakai
34	0,382	Dipakai
37	0,017	Tidak dipakai
46	0,393	Dipakai
67	0,578	Dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek

*Distancing*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
4	0,367	Dipakai
13	0,003	Tidak dipakai
21	0,563	Dipakai
41	0,273	Tidak dipakai
44	0,437	Dipakai
50	0,366	Dipakai
68	0,091	Tidak dipakai
70	0,512	Dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek *Self-control*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
10	0,345	Dipakai
14	0,454	Dipakai
19	0,236	Tidak dipakai
35	0,163	Tidak dipakai
43	0,157	Tidak dipakai
54	0,607	Dipakai
62	0,491	Dipakai
63	0,659	Dipakai
71	0,440	Dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek

*Seeking Social Support*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
8	0,051	Tidak dipakai
18	0,530	Dipakai
22	0,625	Dipakai
31	0,402	Dipakai
42	0,189	Tidak dipakai
45	0,364	Dipakai
69	0,341	Dipakai
72	0,040	Tidak dipakai



Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek

*Accepting Responsibility*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
9	0,108	Tidak dipakai
12	0,083	Tidak dipakai
25	0,665	Dipakai
29	0,018	Tidak dipakai
53	0,517	Dipakai
61	0,195	Tidak dipakai
64	0,316	Dipakai
65	0,553	Dipakai
76	0,678	Dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek

*Escape Avoidance*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
3	0,126	Tidak dipakai
11	0,486	Dipakai
16	0,333	Dipakai
32	0,165	Tidak dipakai
33	0,217	Tidak dipakai
40	0,452	Dipakai
47	0,080	Tidak dipakai
55	0,096	Tidak dipakai
57	0,420	Dipakai
58	0,016	Tidak dipakai
59	0,619	Dipakai
66	0,370	Dipakai
73	0,077	Tidak dipakai
74	0,313	Dipakai

Validitas Strategi Penanggulangan Stres yang Terfokus Pada Emosi Aspek

*Positive Reappraisal*

No item	Koefisien Korelasi	Keterangan
5	0,497	Dipakai
15	0,071	Tidak dipakai
23	0,190	Tidak dipakai
27	0,358	Dipakai
36	0,386	Dipakai
38	0,072	Tidak dipakai
51	0,244	Tidak dipakai
56	0,360	Dipakai
60	0,318	Dipakai
75	0,074	Tidak dipakai

**Lampiran 04 Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres Setelah Pengujian Validitas**

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Saat saya menghadapi massa yang sulit dikendalikan, saya mengatasinya tanpa pikir panjang.				
2.	Saya mencoba menganalisa keadaan lapangan dan kondisi massa yang akan saya hadapi ketika bertugas agar saya dapat memahami situasi.				
3.	Ketika sedang bertugas, saya berpikir bahwa seiring berjalannya waktu saya dapat menyelesaikan tugas tersebut tanpa harus melakukan sesuatu.				
4.	Saya berpikir tugas mengendalikan massa tidak memberikan tambahan pengetahuan bagi saya sebagai anggota polisi.				
5.	Saya berusaha untuk tidak menyerah ketika bertugas walaupun saya merasa lelah.				
6.	Saya berharap dapat bertugas di fungsi lain di kepolisian.				
7.	Ketika bertugas, saya memendam perasaan yang saya rasakan agar tidak mengganggu kinerja saya dalam bekerja.				
8.	Jika memungkinkan, saat bertugas saya akan mundur dari barisan untuk istirahat dalam jangka waktu yang lebih lama.				

9.	Saya mencoba menyampaikan ide saya pada komandan tentang cara lain yang lebih efektif untuk mengatasi massa.				
10.	Saya berusaha untuk melupakan beban yang saya rasakan ketika bertugas.				
11.	Saya melakukan konsultasi dengan komandan untuk membantu saya dalam menyelesaikan tugas.				
12.	Saya berusaha memperbaiki keadaan apabila saya melakukan kesalahan ketika bertugas.				
13.	Saya membuat rencana terlebih dahulu untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.				
14.	Saya berpikir tugas yang saya lakukan dapat membuat keamanan dan ketertiban lingkungan tetap terjaga.				
15.	Saya mengungkapkan kekesalan yang saya rasakan saat bertugas.				
16.	Pengalaman saya bertugas sebelumnya tidak membuat saya melakukan tugas dengan lebih baik.				
17.	Saya meminta bantuan kepada rekan sesama anggota Dalmas saat saya menghadapi masalah dalam bertugas.				
18.	Saya berani mengambil resiko untuk menyelesaikan masalah yang muncul saat bertugas.				
19.	Saya berpikir tugas mengendalikan massa menambah pengalaman saya sebagai anggota polisi.				

20.	Saya belajar dari pengalaman saya sebelumnya saat bertugas sehingga hasil kerja saya menjadi lebih baik.				
21.	Selesai bertugas, saya memilih untuk segera pulang dan beristirahat.				
22.	Saya berpikir bahwa tugas mengendalikan massa bukan tugas yang berat bagi saya.				
23.	Saya bercerita pada orang lain tentang beban kerja yang saya rasakan saat bertugas.				
24.	Saat bertugas, saya bertindak sesuai dengan prinsip kerja yang saya yakini.				
25.	Berdasarkan pengalaman saya sebelumnya, saya tahu apa yang harus saya lakukan saat bertugas, oleh karena itu saya berusaha keras melakukannya dengan baik.				
26.	Saya menyadari bahwa tugas mengendalikan massa merupakan salah satu tanggung jawab saya sebagai polisi.				
27.	Saya berusaha agar pikiran dan perasaan saya tidak terganggu oleh hal lain saat bertugas.				
28.	Saya berusaha lebih mengendalikan emosi agar dapat menjalankan tugas lebih baik.				
29.	Saya berharap bisa mendapatkan tugas lain selain mengendalikan massa.				
30.	Saya berharap saya dapat menyelesaikan tugas tanpa perasaan tertekan.				
31.	Sebelum bertugas, saya berinisiatif berdoa lebih dulu.				

32.	Saya memikirkan apa yang akan saya lakukan untuk menyelesaikan tugas saya agar tidak terjadi kesalahan.				
33.	Saya mencontoh bagaimana komandan saya bertindak dalam menghadapi massa.				
34.	Saya pasrah menerima tugas saya sebagai anggota Dalmas.				
35.	Saya terus memikirkan beban kerja saya saat bertugas.				
36.	Saya meminta arahan dari komandan tentang apa yang harus dilakukan untuk mengatasi massa.				
37.	Saya berharap orang lain mengerti tentang beban kerja saya sebagai anggota Dalmas.				
38.	Saya berusaha tidak tergesa-gesa dalam bertindak saat bertugas.				
39.	Saya berharap orang lain dapat menggantikan saya dalam bertugas.				
40.	Saya berusaha berpikir objektif dalam menghadapi masalah saat bertugas.				
41.	Saat saya menghadapi kesulitan dalam menghadapi massa, saya akan meminta bantuan komandan.				
42.	Ketika menghadapi masalah dalam bertugas, saya berusaha mencari simpati dari orang lain.				
43.	Saat bertugas menghadapi massa saya berpikir tidak memikul tanggung jawab yang besar.				

44.	Saya bertanya pendapat orang lain tentang masalah yang saya hadapi saat mengendalikan massa.				
45.	Saya melupakan masalah yang saya hadapi saat bertugas.				



## **Lampiran 05 Identitas dan Data Penunjang**

### IDENTITAS

Usia :

Lama bekerja di satuan Dalmas :

### DATA PENUNJANG 1

1. Kondisi kesehatan saudara saat ini?
  - a. Sehat
  - b. Kurang sehat, penyakit yang diderita:.....
2. Apakah saudara merasa yakin dapat melaksanakan tugas sebagai anggota Dalmas dengan baik?
  - a. Cukup yakin
  - b. Kurang yakin
3. Hal-hal yang akan saudara lakukan dalam mempersiapkan diri untuk melaksanakan tugas anggota Dalmas dalam mengendalikan massa?
  - a. Menenangkan diri dengan berdoa agar tugas dapat dilaksanakan dengan lancar
  - b. Mencari informasi tentang situasi yang akan dihadapi
4. Ketika menjalankan tugas sebagai anggota Dalmas, saudara lebih sering:
  - a. Memikirkan sendiri langkah apa yang harus dilakukan saat menghadapi massa
  - b. Berdiskusi dengan rekan sesama anggota Dalmas untuk mencari pemecahan masalah saat bertugas
5. Sikap teman maupun keluarga saat saudara melaksanakan tugas sebagai anggota Dalmas dalam mengendalikan massa?
  - a. Mendukung tugas saudara sebagai anggota Dalmas
  - b. Tidak mendukung tugas saudara sebagai anggota Dalmas

6. Fasilitas yang diberikan oleh Kepolisian bagi anggota Dalmas dalam melaksanakan tugas mengendalikan massa?
- a. Mendukung
  - b. Tidak mendukung

DATA PENUNJANG 2

No.	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1.	Saya mudah merasa cemas saat harus bertugas mengendalikan massa dalam jumlah yang besar.				
2.	Saya merasa tidak puas dengan hasil pekerjaan saya saat saya bertugas mengendalikan massa.				
3.	Saya merasa sakit kepala ketika saya harus melaksanakan tugas mengendalikan massa yang sulit dikendalikan.				
4.	Saya akan merokok lebih banyak saat saya bertugas mengendalikan massa.				
5.	Jika keesokan harinya saya tahu akan bertugas mengendalikan massa dalam jumlah yang besar saya mengalami sulit tidur.				
6.	Saya menjadi mudah berkeringat ketika bertugas mengendalikan massa yang cenderung anarkis.				
7.	Jika saya ditugaskan untuk mengendalikan massa di hari libur maka saya meminta ijin untuk tidak masuk dengan alasan yang dapat diterima.				

8.	Saya memiliki rasa percaya diri yang tinggi saat bertugas meskipun kondisi massa yang dihadapi tidak kondusif.				
9.	Saya merasakan urat-urat yang tegang disekitar leher dan bahu saat harus bertugas mengendalikan massa yang memancing emosi.				
10.	Saat mengendalikan massa yang memaki-maki anggota, saya melakukan hal-hal diluar prosedur untuk melawan mereka.				
11.	Saya tidak suka menerima kritikan dari orang lain tentang kinerja saya sebagai anggota Dalmas.				
12.	Saya mengalami migrain saat harus bertugas mengendalikan massa yang anarkis.				
13.	Saya merasa gugup ketika harus bertugas mengendalikan massa dalam jumlah yang besar.				
14.	Saya merasa tersinggung oleh perkataan massa yang terkesan menghina anggota Dalmas saat saya sedang bertugas.				
15.	Jika terjadi masalah ketika saya bertugas maka saya akan menyalahkan orang lain yang telah menyebabkan hal itu terjadi.				
16.	Jika sedang bertugas mengendalikan massa saya menjadi mudah marah.				
17.	Saat harus bertugas mengendalikan massa, jantung saya berdetak lebih cepat dari biasanya.				

18.	Jika sedang bertugas mengendalikan massa yang tidak kooperatif saya menjadi sulit berkonsentrasi.				
19.	Saya sulit mempercayai orang lain jika sedang bertugas mengendalikan massa.				
20.	Saat bertugas mengendalikan massa dalam jumlah yang banyak, saya jadi merasa kesulitan untuk mengambil keputusan.				

Lampiran 06 Data Strategi Penanggulangan Stres

Responden	Item																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	2	3	2	3	3	4	4	3	1	1	2	2	3	3	2	4	1	4	3	1	4	3	3	3	2
2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	2	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	4	3	2	1
3	2	3	2	3	3	3	4	2	1	3	1	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2
4	4	4	3	4	4	4	4	3	1	2	3	3	4	3	4	4	1	4	4	1	4	4	4	3	1
5	3	2	3	2	4	2	3	2	1	2	3	3	2	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	2
6	3	4	2	4	3	4	3	2	2	1	2	3	3	3	3	4	2	4	2	2	3	3	4	3	2
7	2	2	2	2	4	3	4	3	2	1	2	3	1	1	1	3	2	3	4	2	2	4	2	2	4
8	3	3	4	4	2	3	3	3	1	2	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3
9	3	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	2	2	3	4	3	2
10	3	3	2	4	3	4	4	2	1	2	2	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	2
11	2	3	2	1	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	1
12	2	3	3	1	4	4	1	2	1	2	1	2	2	3	3	3	2	1	3	1	2	3	3	3	1
13	1	4	1	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	3	4	4	1	2	3	3	4	3	4	2	2
14	4	4	3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	2	2
15	4	4	1	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1
16	2	4	1	4	4	4	4	4	1	1	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2
17	3	4	1	4	4	4	2	2	1	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	3	4	4	2	2
18	4	4	2	1	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	1	3
19	3	3	1	3	4	4	1	2	1	1	2	2	3	3	1	4	1	3	3	2	3	3	3	3	2
20	4	4	2	4	4	3	2	4	1	1	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	2	2
21	4	4	1	4	4	4	4	4	1	2	2	4	4	4	4	4	1	4	3	2	4	4	4	4	2
22	4	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	4	3	3	3
23	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2
24	4	4	1	1	3	3	4	3	1	1	2	4	2	4	3	4	1	4	4	2	3	4	3	2	2
25	2	4	1	4	4	4	3	3	1	2	2	4	3	3	4	4	1	4	3	1	4	3	4	4	2
26	4	3	2	4	4	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3
27	4	4	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	3	4	1	4	4	3	1	2
28	4	4	1	3	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	1	4	2
29	4	4	1	4	2	4	4	4	1	3	2	4	4	1	4	3	2	4	4	1	1	4	4	1	3
30	4	4	1	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4
31	4	4	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	3	3	1	2
32	4	4	2	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	1	4	4	2	4	2
33	4	4	1	4	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3
34	4	4	1	3	2	4	4	3	1	1	2	3	3	4	3	4	2	3	4	1	4	3	4	3	4
35	4	4	2	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	2	4	3	2	3	4	4	3	4
36	4	4	2	4	4	4	4	4	1	1	2	4	4	4	4	4	1	4	3	1	4	4	4	4	2
37	4	4	1	4	3	4	3	2	1	2	2	3	3	4	4	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4
38	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1
39	4	4	1	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1
40	4	4	1	4	2	4	3	3	1	3	2	3	3	4	3	4	2	4	4	2	4	4	3	1	2
41	4	4	1	4	4	3	3	3	1	1	2	3	3	4	4	4	1	4	4	4	4	3	1	1	1
42	4	4	1	4	4	3	2	1	1	1	3	3	3	3	3	4	1	4	3	2	4	4	2	4	2
43	4	4	1	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	4	3	2	2
44	4	3	3	4	3	1	4	4	3	1	3	2	3	3	3	3	4	1	1	3	2	4	4	1	3

Responden	Item																			
	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
1	4	3	2	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	1	3
2	4	2	1	4	2	4	4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3
3	4	4	1	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	4
4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	3	1	4	4	2	3	4	1	1
5	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
6	3	3	1	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4
7	2	4	1	4	2	4	4	2	2	2	2	2	1	3	4	4	2	2	4	2
8	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	1	3
9	3	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4
10	1	3	1	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3
11	1	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	1	2	3	3	2	4	2	1
12	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
13	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4
14	4	4	1	4	3	4	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	1	3
15	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4
16	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4
17	4	4	1	3	4	1	2	4	4	4	2	4	2	3	4	1	2	4	2	4
18	2	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	4	2	2	4	2	4
19	1	3	1	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	3
20	3	1	1	1	1	4	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	2	4
21	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	3	2	2	2	2	1
22	4	4	1	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
23	2	3	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3
24	2	3	1	3	2	4	3	2	3	3	3	2	1	4	2	2	2	3	2	3
25	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	4	1	4
26	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3
27	4	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	1	4	3	3	4	1	4
28	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4
29	1	4	1	4	1	4	4	1	4	2	4	2	4	3	1	2	1	4	1	4
30	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	1	1	4	4	1	4
31	2	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	1	4
32	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	2	4
33	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	3
34	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	1	4	1	4
35	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3	1	2	4	2	4	4	4	4
36	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	3	3	4	1	3
37	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	1	4
38	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4
39	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4
40	4	4	1	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4
41	4	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	1	4
42	2	4	1	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	1	3	3	3	4	2	4
43	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
44	3	4	1	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	1	3	3	4	4	3	4

**Lampiran 07 Data Bentuk Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Masalah**

Responden	Planfull Problem Solving							Jumlah	Kategori
	1	2	9	13	16	20	25		
1	2	3	2	2	4	3	3	19	CT
2	3	3	2	4	3	4	2	21	T
3	2	3	1	2	4	4	4	20	T
4	4	4	3	4	4	4	4	27	T
5	3	2	3	2	3	2	3	18	CT
6	3	4	2	3	4	3	3	22	T
7	2	2	2	1	3	4	4	18	CT
8	3	3	2	3	3	3	3	20	T
9	3	2	2	3	3	3	2	18	CT
10	3	3	2	3	3	3	3	20	T
11	2	3	2	3	3	3	3	19	CT
12	2	3	1	3	1	3	3	16	CR
13	1	4	3	4	2	3	2	19	CT
14	4	4	2	3	2	4	4	23	T
15	4	4	4	4	4	4	4	28	T
16	2	4	3	4	4	4	4	25	T
17	3	4	2	4	4	4	4	25	T
18	4	4	3	4	3	4	4	26	T
19	3	3	2	1	3	3	3	18	CT
20	4	4	4	4	3	4	1	24	T
21	4	4	2	4	4	4	4	26	T
22	4	3	3	3	4	4	4	25	T
23	4	3	3	3	3	3	3	22	T
24	4	4	2	3	4	4	3	24	T
25	2	4	2	4	4	3	4	23	T
26	4	3	2	3	4	3	3	22	T
27	4	4	4	4	3	4	3	26	T
28	4	4	1	4	2	4	4	23	T
29	4	4	2	4	4	4	4	26	T
30	4	4	4	1	1	4	4	22	T
31	4	4	4	4	4	3	4	27	T
32	4	4	4	3	3	4	4	26	T
33	4	4	3	3	4	4	4	26	T
34	4	4	2	3	3	3	4	23	T
35	4	4	3	4	4	4	4	27	T
36	4	4	2	4	4	4	4	26	T
37	4	4	2	4	4	4	4	26	T
38	4	4	4	4	4	4	4	28	T
39	4	4	4	4	4	4	4	28	T
40	4	4	2	3	4	4	4	25	T
41	4	4	2	4	4	3	4	25	T
42	4	4	3	3	4	4	4	26	T
43	4	4	4	4	4	4	3	27	T
44	4	3	3	3	1	4	4	22	T

Responden	Confrontative Coping					Jumlah	Kategori
	15	18	24	36	41		
1	3	1	1	4	2	11	CR
2	4	2	2	4	2	14	CT
3	3	3	3	4	2	15	CT
4	4	1	1	2	4	12	CR
5	4	1	2	3	3	13	CT
6	3	2	2	3	2	12	CR
7	4	2	2	2	4	14	CT
8	2	2	3	3	4	14	CT
9	3	2	2	3	4	14	CT
10	3	2	4	1	3	13	CT
11	4	2	2	1	3	12	CR
12	4	2	1	1	3	11	CR
13	4	1	3	3	3	14	CT
14	2	2	2	4	3	13	CT
15	4	1	1	4	4	14	CT
16	4	3	2	4	4	17	T
17	4	2	2	4	4	16	CT
18	4	3	3	2	4	16	CT
19	4	1	2	1	3	11	CR
20	4	2	3	3	4	16	CT
21	4	1	2	4	3	14	CT
22	3	3	2	4	3	15	CT
23	4	2	2	2	3	13	CT
24	3	1	2	2	2	10	CR
25	4	1	1	4	4	14	CT
26	4	2	3	3	2	14	CT
27	4	1	1	4	4	14	CT
28	4	1	4	4	4	17	T
29	2	2	1	1	1	7	R
30	4	4	4	4	1	17	T
31	4	1	1	2	4	12	CR
32	4	1	1	4	4	14	CT
33	3	3	3	3	4	16	CT
34	2	2	1	4	4	13	CT
35	3	2	2	4	4	15	CT
36	4	1	1	4	4	14	CT
37	3	1	2	4	4	14	CT
38	4	1	1	4	4	14	CT
39	4	1	1	4	4	14	CT
40	2	2	2	4	3	13	CT
41	4	1	4	4	4	17	T
42	4	1	2	2	3	12	CR
43	4	2	3	4	3	16	CT
44	3	4	3	3	3	16	CT



**Lampiran 08 Data Bentuk Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Emosi**

Responden	Distancing					Jumlah	Kategori
	3	10	22	43	45		
1	2	2	3	2	3	12	CR
2	3	2	2	1	3	11	CR
3	2	4	3	1	3	13	CT
4	3	3	3	2	3	14	CT
5	3	3	2	2	3	13	CT
6	2	3	3	1	3	12	CR
7	2	3	2	1	2	10	CR
8	4	3	3	2	2	14	CT
9	3	3	3	1	4	14	CT
10	2	4	3	1	3	13	CT
11	2	3	1	2	2	10	CR
12	3	2	3	1	3	12	CR
13	1	3	2	2	3	11	CR
14	3	3	2	1	3	12	CR
15	1	4	4	1	4	14	CT
16	1	4	4	1	1	11	CR
17	1	4	2	1	2	10	CR
18	2	4	1	1	2	10	CR
19	1	2	3	1	2	9	CR
20	2	4	2	1	3	12	CR
21	1	4	4	1	2	12	CR
22	2	3	3	1	2	11	CR
23	3	3	2	2	2	12	CR
24	1	4	2	1	2	10	CR
25	1	4	4	1	3	13	CT
26	2	3	2	2	3	12	CR
27	1	4	1	1	3	10	CR
28	1	4	4	1	4	14	CT
29	1	4	1	1	1	8	R
30	1	4	1	1	4	11	CR
31	1	4	1	1	4	11	CR
32	2	4	4	1	4	15	CT
33	1	3	2	1	4	11	CR
34	1	3	3	1	1	9	CR
35	2	3	3	1	4	13	CT
36	2	4	4	1	3	14	CT
37	1	3	4	1	4	13	CT
38	1	4	4	1	4	14	CT
39	1	4	4	1	4	14	CT
40	1	3	1	1	3	9	CR
41	1	3	1	1	1	7	R
42	1	3	4	1	3	12	CR
43	1	4	2	2	3	12	CR
44	3	2	1	1	4	11	CR

Responden	Self Control						Jumlah	Kategori
	5	7	27	32	33	38		
1	4	3	4	3	3	3	20	T
2	3	3	2	3	3	4	18	CT
3	3	2	3	3	3	3	17	CT
4	4	3	4	4	4	4	23	T
5	2	2	2	3	3	3	15	CR
6	4	2	4	3	3	3	19	CT
7	3	3	2	2	2	2	14	CR
8	3	3	3	3	4	3	19	CT
9	4	3	4	3	4	4	22	T
10	4	2	3	4	3	3	19	CT
11	3	3	2	3	3	4	18	CT
12	4	2	3	3	3	3	18	CT
13	4	3	4	4	3	4	22	T
14	3	1	3	3	2	3	15	CR
15	4	4	4	4	4	4	24	T
16	4	4	4	4	4	4	24	T
17	4	2	4	4	2	4	20	T
18	3	4	4	3	3	4	21	T
19	4	2	3	3	2	3	17	CT
20	3	4	1	4	3	4	19	CT
21	4	4	4	4	4	2	22	T
22	4	3	3	2	3	3	18	CT
23	3	3	2	4	3	2	17	CT
24	3	3	2	3	3	3	17	CT
25	4	3	4	4	3	4	22	T
26	3	3	3	3	2	3	17	CT
27	1	4	4	3	4	4	20	T
28	4	4	4	4	4	4	24	T
29	4	4	1	2	4	4	19	CT
30	4	4	4	4	4	4	24	T
31	4	1	4	4	4	4	21	T
32	4	4	4	4	4	4	24	T
33	4	3	4	4	3	4	22	T
34	4	3	4	4	3	4	22	T
35	4	3	3	4	3	4	21	T
36	4	4	4	3	3	4	22	T
37	4	2	4	4	3	4	21	T
38	4	4	4	4	4	4	24	T
39	4	4	4	4	4	4	24	T
40	4	3	3	3	3	4	20	T
41	3	3	4	4	4	4	22	T
42	3	1	4	2	3	4	17	CT
43	4	4	3	3	3	3	20	T
44	1	4	4	3	2	4	18	CT

Responden	Seeking Social Support					Jumlah	Kategori
	11	17	23	37	42		
1	1	3	3	2	2	11	CR
2	1	3	3	1	2	10	CR
3	3	2	3	2	2	12	CR
4	2	4	4	1	2	13	CT
5	2	2	3	2	3	12	CR
6	1	3	2	2	2	10	CR
7	1	1	4	4	4	14	CT
8	2	4	4	3	3	16	CT
9	3	3	4	2	3	15	CT
10	2	3	3	2	2	12	CR
11	2	3	3	1	3	12	CR
12	2	2	3	1	3	11	CR
13	1	3	3	2	2	11	CR
14	2	2	2	2	3	11	CR
15	2	4	4	1	1	12	CR
16	1	4	4	2	4	15	CT
17	4	2	4	2	1	13	CT
18	4	4	4	3	2	17	T
19	1	3	3	2	3	12	CR
20	1	4	3	2	3	13	CT
21	2	4	3	2	2	13	CT
22	3	3	4	3	3	16	CT
23	3	4	3	2	2	14	CT
24	1	2	4	2	2	11	CR
25	2	3	3	2	2	12	CR
26	1	3	3	3	2	12	CR
27	1	4	4	2	3	14	CT
28	1	4	4	2	1	12	CR
29	3	4	4	3	2	16	CT
30	2	4	4	4	1	15	CT
31	1	4	4	2	2	13	CT
32	4	4	4	2	2	16	CT
33	2	3	4	3	4	16	CT
34	1	3	4	4	3	15	CT
35	3	4	3	4	2	16	CT
36	1	4	3	2	3	13	CT
37	2	3	4	4	4	17	T
38	1	4	4	1	1	11	CR
39	2	4	4	1	1	12	CR
40	3	3	4	2	3	15	CT
41	1	3	4	1	3	12	CR
42	1	3	3	2	3	12	CR
43	3	4	4	2	3	16	CT
44	1	3	1	3	3	11	CR

Responden	Accepting Responsibility					Jumlah	Kategori
	12	26	34	40	44		
1	3	4	3	3	3	16	CT
2	2	4	3	3	3	15	CT
3	3	3	2	4	4	16	CT
4	3	4	3	1	1	12	CR
5	3	2	3	2	3	13	CT
6	3	4	3	3	4	17	T
7	1	4	2	1	2	10	CR
8	3	4	4	2	3	16	CT
9	4	4	4	3	4	19	T
10	4	4	3	2	3	16	CT
11	3	3	3	1	1	11	CR
12	3	3	3	3	3	15	CT
13	3	4	3	3	4	17	T
14	3	4	3	2	3	15	CT
15	4	4	2	4	4	18	T
16	4	4	4	4	4	20	T
17	4	3	4	2	4	17	T
18	4	4	3	3	4	18	T
19	3	3	3	2	3	14	CT
20	4	1	3	2	4	14	CT
21	4	4	2	1	1	12	CR
22	3	4	3	3	3	16	CT
23	3	4	3	3	3	16	CT
24	4	3	2	1	3	13	CT
25	3	4	3	4	4	18	T
26	3	3	3	2	3	14	CT
27	4	4	3	4	4	19	T
28	4	4	2	4	4	18	T
29	1	4	2	4	4	15	CT
30	4	4	2	4	4	18	T
31	4	4	3	4	4	19	T
32	4	4	4	1	4	17	T
33	3	4	4	2	3	16	CT
34	4	4	4	2	4	18	T
35	4	4	3	1	4	16	CT
36	4	4	3	1	3	15	CT
37	4	4	4	3	4	19	T
38	4	4	2	4	4	18	T
39	4	4	2	4	4	18	T
40	4	4	3	3	4	18	T
41	4	4	4	4	4	20	T
42	3	4	4	3	4	18	T
43	4	3	3	3	4	17	T
44	3	4	4	4	4	19	T

Responden	Escape Avoidance							Jumlah	Kategori
	6	8	21	29	30	35	39		
1	4	1	3	2	3	2	1	16	CR
2	4	3	3	4	2	3	3	22	T
3	4	1	2	3	4	3	2	19	CT
4	4	1	4	4	3	4	1	21	CT
5	3	1	3	3	2	3	2	17	CR
6	3	2	4	2	3	3	3	20	CT
7	4	2	2	4	2	3	4	21	CT
8	3	1	3	3	3	3	1	17	CR
9	4	2	4	4	4	3	4	25	T
10	4	1	3	3	3	4	2	20	CT
11	3	2	3	2	3	2	2	17	CR
12	1	1	3	3	3	2	2	15	CR
13	3	1	4	4	3	3	3	21	CT
14	3	1	4	3	3	4	1	19	CT
15	4	1	4	4	4	4	1	22	T
16	4	1	3	4	4	4	1	21	CT
17	2	1	4	2	4	3	2	18	CT
18	4	4	4	4	4	1	2	23	T
19	1	1	3	3	3	3	1	15	CR
20	2	1	3	2	3	4	2	17	CR
21	4	1	4	4	4	4	2	23	T
22	3	2	3	3	4	3	3	21	CT
23	4	2	2	4	4	2	2	20	CT
24	4	1	3	3	2	4	2	19	CT
25	3	1	4	3	4	4	1	20	CT
26	3	1	3	3	3	3	2	18	CT
27	1	1	3	4	4	1	1	15	CR
28	4	1	1	1	4	4	1	16	CR
29	4	1	4	4	1	3	1	18	CT
30	1	4	1	4	4	1	1	16	CR
31	4	1	3	3	4	3	1	19	CT
32	4	1	2	2	4	4	2	19	CT
33	4	2	3	4	4	3	3	23	T
34	4	1	4	3	3	4	1	20	CT
35	4	2	4	4	4	2	4	24	T
36	4	1	4	4	4	4	1	22	T
37	3	1	1	3	4	4	1	17	CR
38	4	1	4	4	4	4	1	22	T
39	4	1	4	4	4	4	1	22	T
40	3	1	3	3	4	3	2	19	CT
41	3	1	1	3	1	4	1	14	CR
42	2	1	2	3	4	1	2	15	CR
43	4	2	3	3	3	3	3	21	CT
44	4	3	4	4	3	1	3	22	T

Responden	Positive Reappraisal					Jumlah	Kategori
	4	14	19	28	31		
1	3	4	4	3	4	18	CT
2	3	3	3	4	4	17	CR
3	3	3	3	3	4	16	CR
4	4	4	4	3	4	19	CT
5	2	3	2	3	4	14	R
6	4	4	3	3	4	18	CT
7	2	3	2	4	2	13	R
8	4	3	3	3	3	16	CR
9	2	3	2	4	4	15	R
10	4	4	4	3	4	19	CT
11	1	4	4	3	4	16	CR
12	1	3	2	3	3	12	R
13	4	4	4	4	4	20	T
14	3	3	3	4	4	17	CR
15	4	4	4	4	4	20	T
16	4	4	4	4	4	20	T
17	4	4	3	1	4	16	CR
18	1	4	3	4	4	16	CR
19	3	4	3	4	4	18	CT
20	4	4	4	4	4	20	T
21	4	4	4	4	4	20	T
22	4	4	4	3	4	19	CT
23	2	4	3	4	4	17	CR
24	1	4	3	4	3	15	R
25	4	4	4	4	4	20	T
26	4	3	4	3	4	18	CT
27	4	4	4	4	4	20	T
28	3	4	4	4	4	19	CT
29	4	3	1	4	4	16	CR
30	4	4	4	4	4	20	T
31	4	4	4	4	4	20	T
32	3	4	4	4	4	19	CT
33	4	4	4	4	4	20	T
34	3	4	4	4	4	19	CT
35	2	4	3	4	4	17	CR
36	4	4	4	4	4	20	T
37	4	4	4	4	4	20	T
38	4	4	4	4	4	20	T
39	4	4	4	4	4	20	T
40	4	4	4	4	4	20	T
41	4	4	4	4	4	20	T
42	4	4	4	4	4	20	T
43	4	4	1	3	4	16	CR
44	4	3	2	4	3	16	CR

**Lampiran 09 Perbandingan Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Masalah dengan Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Emosi**

Responden	SPS yang berpusat pada masalah	SPS yang berpusat pada emosi	Strategi Penanggulangan Stres
1	CT	CT	Seimbang
2	CT	CT	Seimbang
3	CT	CT	Seimbang
4	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
5	CT	CT	Seimbang
6	CT	CT	Seimbang
7	CT	CR	Cenderung berpusat pada masalah
8	CT	CT	Seimbang
9	CT	T	Cenderung berpusat pada emosi
10	CT	CT	Seimbang
11	CT	CT	Seimbang
12	CR	CT	Cenderung berpusat pada emosi
13	CT	CT	Seimbang
14	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
15	T	T	Seimbang
16	T	T	Seimbang
17	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
18	T	T	Seimbang

19	CR	CT	Cenderung berpusat pada emosi
20	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
21	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
22	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
23	CT	CT	Seimbang
24	CT	CT	Seimbang
25	T	T	Seimbang
26	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
27	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
28	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
29	CT	CT	Seimbang
30	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
31	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
32	T	T	Seimbang
33	T	T	Seimbang
34	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
35	T	T	Seimbang
36	T	T	Seimbang
37	T	T	Seimbang
38	T	T	Seimbang



39	T	T	Seimbang
40	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
41	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
42	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
43	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah
44	T	CT	Cenderung berpusat pada masalah

Keterangan:

R= Rendah CR= Cenderung Rendah CT= Cenderung Tinggi T= Tinggi

**Lampiran 10 Data Derajat Stres**

responden	item								
	reaksi emosional			reaksi fisik		reaksi intelektual		reaksi interpersonal	
	1	14	16	5	9	18	20	15	19
1	2	2	3	1	3	2	1	1	1
2	3	3	2	2	2	2	3	2	3
3	2	2	3	1	3	2	2	1	1
4	2	1	1	1	1	1	1	1	1
5	2	2	2	1	1	2	2	2	2
6	2	1	1	1	2	1	1	1	1
7	3	2	2	1	2	2	2	2	3
8	2	3	3	1	3	3	3	2	2
9	2	4	3	1	3	3	4	3	3
10	3	2	1	1	1	2	1	1	2
11	2	2	1	1	2	2	2	2	2
12	2	3	1	1	2	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	2	1	1	1
14	1	2	1	1	1	1	1	1	2
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	2	2	2	2	2	1	2	1	1
18	2	1	2	2	4	1	2	2	2
19	2	2	2	1	3	2	2	1	2
20	4	1	2	1	3	2	3	1	3
21	1	3	1	1	1	1	1	2	2
22	2	4	3	2	2	2	3	3	2
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	3	3	3	2	3	2	3	1	2
25	2	3	2	1	2	2	3	1	2
26	2	2	1	1	3	2	2	1	2
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1
28	3	3	3	3	3	3	2	2	2
29	1	3	2	4	1	1	1	1	2
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	3	3	1	2	3	3	3	1	3
32	2	1	2	1	1	1	1	1	1
33	1	4	3	1	3	3	2	2	3
34	2	2	2	1	2	1	1	1	2
35	3	4	4	4	4	3	3	2	2
36	1	2	2	1	1	2	1	1	1
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1
40	2	3	1	1	3	3	3	1	1
41	3	3	3	3	3	3	3	1	3
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1
43	3	1	1	1	3	1	2	1	2
44	4	2	1	1	4	2	1	2	1

Responden	Item											
	Dampak Kesehatan	Dampak Fisiologis	Dampak Organisasi	Dampak Subjektif	3	12	6	17	2	7	8	13
1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2
4	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1
5	1	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2
6	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1
7	1	1	2	3	4	1	2	1	2	2	2	2
8	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2
9	4	2	4	3	3	1	2	1	2	2	2	2
10	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1
11	2	1	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2
12	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1
13	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	1
14	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2
18	2	1	2	1	4	1	1	1	4	1	4	4
19	2	2	4	3	2	1	2	2	2	2	2	2
20	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	3	2	3	2	2	1	3	4	3	4	4	4
25	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
27	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1
28	2	3	4	3	2	2	3	4	3	4	4	4
29	1	1	2	1	4	1	4	2	4	2	2	2
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	2	1	4	3	4	2	2	1	2	1	1	1
32	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
33	3	3	4	3	2	1	2	3	2	3	3	3
34	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1
35	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3
36	1	1	2	2	1	1	4	1	4	1	1	1
37	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1
38	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1
39	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1
40	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2
41	3	3	3	3	4	1	1	3	1	3	3	3
42	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1
43	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2
44	2	2	4	2	3	1	3	3	3	3	3	3

Responden	item		
	Dampak Tingkah Laku		Dampak Kognitif
	4	10	11
1	1	1	1
2	2	2	3
3	3	2	2
4	1	1	1
5	1	1	2
6	2	1	1
7	2	2	1
8	3	2	2
9	4	2	3
10	1	1	1
11	2	1	1
12	3	2	3
13	1	1	1
14	2	1	2
15	1	1	1
16	1	1	1
17	2	2	1
18	2	2	4
19	1	1	1
20	2	2	1
21	1	1	1
22	2	1	1
23	2	2	2
24	3	1	2
25	1	1	2
26	2	1	1
27	1	1	1
28	3	2	3
29	1	2	1
30	1	1	1
31	1	2	2
32	1	1	1
33	1	3	2
34	1	1	2
35	4	2	2
36	1	2	1
37	1	1	1
38	1	1	1
39	1	1	1
40	1	1	1
41	4	3	3
42	1	1	1
43	2	1	1
44	1	4	2

**Lampiran 11 Tabulasi Silang Usia dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Usia	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
<20 tahun	1 (20%)	4 (80%)	-	5 (11.36%)
20-40 tahun	17 (43.6% %)	19 (48.7%)	3 (7.7%)	39 (88.63%)

**Lampiran 12 Tabulasi Silang Lama Bekerja dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Lama Bekerja	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
<1 tahun	2 (28.6%)	5 (71.4%)	-	7 (15.9%)
1 – 3 tahun	4 (28.6% %)	9 (64.3%)	1 (7.1%)	14 (31.8%)
>3 tahun	12 (52.2%)	9 (39.1%)	2 (8.7%)	23 (52.3%)

**Lampiran 13 Tabulasi Silang Kondisi Kesehatan dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Kondisi Kesehatan	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Sehat	18 (41.9%)	23 (53.5 %)	2 (4.7%)	43 (97.7%)
Kurang Sehat	-	-	1 (100%)	1 (2.3%)

**Lampiran 14 Tabulasi Silang Keyakinan Positif dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Keyakinan Positif	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Cukup Yakin	10 (43.5%)	13 (56.5 %)	-	23 (52.3%)
Kurang Yakin	8 (38.1%)	10 (47.6%)	3 (14.3%)	21 (47.7%)



**Lampiran 15 Tabulasi Silang Keterampilan Memecahkan Masalah dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Persiapan Dalam Melaksanakan Tugas	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Menenangkan Diri	12 (41.4%)	15 (51.7 %)	2 (6.9%)	29 (65.9%)
Mencari Informasi	6 (40%)	8 (53.3%)	1 (6.7%)	15 (34.1%)

**Lampiran 16 Tabulasi Silang Keterampilan Sosial dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Kemampuan Bekerja Sama	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Memikirkan Sendiri	1 (100%)	-	-	1 (2.3%)
Berdiskusi dengan Rekan	17 (39.5%)	23 (53.5%)	3 (7%)	43 (97.7%)

**Lampiran 17 Tabulasi Silang Dukungan Sosial dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Dukungan Sosial	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Mendukung	18 (40.9%)	23 (52.3%)	3 (6.8%)	44 (100%)
Tidak Mendukung	-	-	-	-

**Lampiran 18 Tabulasi Silang Fasilitas dengan Strategi Penanggulangan Stres**

Fasilitas	Strategi Penanggulangan Stres			Total
	Cenderung Berpusat pada Masalah	Seimbang	Cenderung Berpusat pada Emosi	
Mendukung	15 (40.5%)	20 (54.1%)	2 (5.4%)	37 (84.1%)
Tidak Mendukung	3 (42.9%)	3 (42.9%)	1 (14.3%)	7 (15.9%)

## **Lampiran 19 Survey Awal**

### DATA PRIBADI

Nama:

Umur:

Lama bekerja di fungsi Dalmas:

### DAFTAR PERTANYAAN

1. Apa saja tugas dan kewajiban yang saudara lakukan saat dinas di fungsi Dalmas?
2. Apa yang saudara rasakan ketika saudara melaksanakan tugas sebagai Dalmas? (apakah dinilai sebagai beban kerja yang berat atau tidak?)
3. Kesulitan apa saja yang saudara hadapi ketika saudara melaksanakan tugas sebagai Dalmas?
4. Bagaimana dampak dari kesulitan-kesulitan tersebut terhadap kinerja saudara?
5. Bagaimana saudara mengatasi kesulitan-kesulitan yang muncul ketika saudara bertugas?
6. Adakah kesulitan lain yang dapat mengganggu ketika saudara bertugas? (hal-hal pribadi)
7. Ketika saudara melaksanakan tugas, apakah saudara sering merasakan sakit kepala, mudah lelah, gelisah, cemas, mudah marah, sulit berkonsentrasi dan mengambil keputusan, mudah menyalahkan orang lain? (dampak stres)
8. Apa yang saudara lakukan ketika saudara merasakan hal-hal diatas?
9. Jika dirata-ratakan berapa kali saudara dinas di lapangan (menghadapi massa) dalam satu minggu?
10. Sudah berapa lama saudara dinas di fungsi Dalmas? Apakah ada keinginan saudara untuk ditempatkan di fungsi lain?

## Lampiran 20 POLRI

- **Tugas Polri**

Kepolisian Negara Republik Indonesia merupakan salah satu organisasi besar yang ada di Negara Indonesia dengan dipimpin oleh seorang Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia (Kapolri). Organisasi Polri menggunakan sistem Sentralisme dimana ada satu kesatuan yang saling terkait antara Polri tingkat pusat yaitu Mabes Polri sampai dengan Polri tingkat bawah yaitu Polsek (Polisi Sektor) sebagai ujung tombaknya. Kepolisian Negara Indonesia mempunyai tugas selaku alat negara penegak hukum, pelindung, pengayom dan pembimbing masyarakat. Didalam pencapaian tujuan organisasi Polri, Polri didukung oleh banyak personil dengan segala bentuk perilakunya yang mempengaruhi kinerja Polri itu sendiri.

Kepolisian dalam kedudukannya sebagai fungsi diartikan sebagai fungsi dan peranan kepolisian dalam melaksanakan tugas kepolisian, digolongkan menjadi :

- a. Tugas *Preemptif*
- b. Tugas *Preventif*
- c. Tugas *Represif*

Dalam pelaksanaan tugas tersebut mengandung pembedaan akan sifat, luas kewenangan dan cara bertindak dengan uraian sebagai berikut :

- a. Tugas *Preemptif*

Tindakan *preemptif* adalah tindakan untuk menghilangkan kesempatan untuk berbuat suatu pelanggaran. Dalam bentuk fisik seperti tindakan menghalangi dengan penutup jalan, memborgol agar pelaku tidak berdaya, memasang rambu-rambu,

mengawasi kegiatan yang rawan pelanggaran hukum. Adapun tindakan tertulis dapat berupa peringatan lewat surat kabar kepada masyarakat untuk waspada, buat peraturan yang ketat, peraturan dinas. Sedangkan tindakan lisan berupa perintah untuk mengawasi dan penjagaan.

b. *Tugas Preventif*

Adalah tindakan yang penjabarannya sangat luas, tindakan ini adalah mencegah adanya kesempatan bagi orang yang akan melakukan pelanggaran hukum, yang dilakukan dengan kehadiran sosok polisi secara :

- 1) Fisik, kehadiran sosok polisi dapat menghalangi adanya niat jahat.
- 2) Kegiatan patroli atau ronda untuk mengetahui keberadaan tempat-tempat yang rawan kejahatan dan masalah sosial.
- 3) Penjagaan di tempat-tempat keramaian untuk mencegah munculnya kejahatan.

c. *Tugas Represif*

Merupakan tugas pada upaya paksa atau sifatnya penindakan. Namun tindakan ini tetap dibatasi dengan peraturan perundang-undangan yaitu KUHP untuk hukum materilnya, sedangkan untuk KUHAP memuat hukum acara pidananya. Dimaksud supaya tidak terjadi tindakan yang sewenang-wenang dan pelanggaran terhadap HAM. Dengan demikian tugas-tugas kepolisian ini juga dibatasi etika dan aturan hukum dan norma yang berlaku dan harus dipatuhi.

Dari rangkaian tugas diatas tujuannya adalah menciptakan rasa tentram bagi masyarakat, sehingga terhindar dari rasa takut karena tidak terjadi pelanggaran dan kejahatan. Kaitannya dengan tugas Polri dalam melaksanakan fungsinya yang selalu

didasari filsafat dan etika kepolisian. Bahwa fungsi kepolisian memiliki tugas dan kewenangan yang diikat oleh azas yang saling berhubungan, yaitu :

1) Azas Legalitas

Azas yang mendukung semua tindakan polisi asal tindakan itu didasarkan pada aturan dan ketentuan hukum yang berlaku.

2) Azas Oportunitas

Azas yang memberikan kewenangan kepada polisi untuk melakukan tindakan hukum yang sah karena selaras antara kebijaksanaannya dengan hukum yang mengaturnya.

3) Azas Kewajiban

Azas yang membenarkan tindakan polisi asalkan tindakan tersebut didasarkan atas kewajibannya selaku aparat penegak hukum dan tindakan tersebut untuk melindungi kepentingan umum/masyarakat.

4) Azas Subsidiaritas

Memberikan kewenangan kepada polisi untuk melakukan suatu tindakan yang ditujukan pada tindakan menolong atau membantu untuk melakukan suatu pekerjaan yang diperlukan masyarakat.



- **Bagian Dalmas**

Berdasarkan Peraturan Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia  
Tentang Pedoman Pengendalian Massa:

BAB I

Ketentuan Umum

Pasal 1

Dalam Peraturan ini yang dimaksud dengan:

1. Pengendalian Massa yang selanjutnya disebut Dalmas adalah kegiatan yang dilakukan oleh satuan Polri dalam rangka menghadapi massa pengunjung rasa.
2. Dalmas Awal adalah satuan Dalmas yang tidak dilengkapi dengan alat-alat perlengkapan khusus kepolisian, digerakkan dalam menghadapi kondisi massa masih tertib dan teratur/ situasi hijau.
3. Dalmas Lanjut adalah satuan Dalmas yang dilengkapi dengan alat-alat perlengkapan khusus kepolisian, digerakkan dalam menghadapi kondisi massa yang sudah tidak tertib/ situasi kuning.
4. Lapis Ganti adalah kegiatan peralihan kendali dari satuan Dalmas Awal ke Dalmas Lanjut.
5. Lintas Ganti adalah kegiatan peralihan kendali dari satuan kompi Dalmas Lanjut kepada satuan Kompi/ Detasemen Penanggulangan Huru-Hara Brimob.
6. Negosiator adalah anggota Polri yang melaksanakan peundingan melalui tawar menawar dengan massa pengunjung rasa untuk mendapatkan kesepakatan bersama.
7. Penanggulangan Huru-Hara yang selanjutnya disebut PHH adalah rangkaian kegiatan atau proses/ cara dalam mengantisipasi atau menghadapi terjadinya

kerusuhan massa atau huru hara guna melindungi warga masyarakat dari ekkses yang ditimbulkan.

8. Jalan adalah prasarana transportasi darat yang meliputi segala bagian jalan, termasuk bangunan, pelengkap dan perlengkapannya yang diperuntukkan bagi lalu lintas, yang berada pada permukaan tanah, diatas permukaan tanah, dibawah permukaan tanah, dan atau air, serta diatas permukaan air, kecuali jalan kereta api, jalan lori dan jalan kabel.
9. Gedung/Bangunan Penting adalah bangunan yang meliputi ruangan, halaman dan sekitarnya yang digunakan untuk melakukan kegiatan pemerintahan, kegiatan usaha, dan gedung-gedung/ bangunan lainnya yang digunakan sebagai pusat kegiatan kemasyarakatan secara umum (vital) yang menjadi sasaran unjuk rasa.
10. Lapangan/Lahan Terbuka adalah tempat tertentu yang digunakan sebagai sarana oleh massa dalam melakukan unjuk rasa.
11. Kendali adalah kegiatan yang dilakukan oleh Kepala Kepolisian Sektor (Kapolsek), Kepala Kepolisian Sektor Kota (Kapolsekta), Kepala Kepolisian Sektor Metropolitan (Kapolsek Metro), Kepala Kepolisian Resort (Kapolres), Kepala Kepolisian Resort Kota (Kapolresta), Kepala Kepolisian Resort Metropolitan (Kapolres Metro), Kepala Kepolisian Kota Besar (Kapoltabes), Kepala Kepolisian Wilayah (Kapolwil), Kepala Kepolisian Wilayah Kota Besar (Kapolwiltabes), Kepala Kepolisian Daerah (Kapolda) untuk mengatur segala tindakan pasukan di lapangan pada lokasi unjuk rasa atau areal tertentu dalam rangka mencapai suatu tujuan.

12. Alih Kendali adalah peralihan kendali dari Kapolsek/ Kapolsekta/ Kapolsek Metro kepada Kapolres/ Kapolresta/ Kapolres Metro/ Kapoltabes, dari Kapolres/ Kapolresta/ Kapolres Metro kepada Kapolwil/ Kapolwiltabes/ Kapolda.
13. Kendali taktis adalah pengendalian oleh Kapolsek, Kapolsekta, Kapolsek Metro, Kapolres, Kapolresta, Kapolres Metro, Kapoltabes, Kapolwiltabes, Kapolda yang berwenang mengatur segala tindakan pasukan di lapangan pada lokasi unjuk rasa.
14. Kendali teknis adalah pengendalian oleh pejabat pembina fungsi atau pimpinan pasukan dan atau perwira lapangan di kesatuan masing-masing yang bertanggung jawab atas teknis pelaksanaan tugas semua anggota yang menjadi tanggung jawabnya.
15. Kendali umum adalah pengendalian oleh Kapolda untuk mengatur seluruh kekuatan dan tindakan pasukan di lapangan dalam unjuk rasa pada kondisi dimana massa pengunjuk rasa sudah melakukan tindakan melawan hukum dalam bentuk pengancaman, pencurian dengan kekerasan, perusakan, pembakaran, penganiayaan berat, teror, intimidasi, penyanderaan, dan lain-lain sebagainya selanjutnya disebut dalam situasi merah.

## Pasal 2

Satuan kewilayahan yang bertanggungjawab atas Dalmas mulai tingkat Polsek/ Polsekta/ Polsek Metro, Polres/ Polresta/ Polres Metro/ Poltabes, Polwil/ Polwiltabes dan Polda adalah Satuan Samapta.

### Pasal 3

Pedoman Dalmas ini bertujuan untuk memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan terhadap sekelompok masyarakat yang sedang menyampaikan pendapat atau menyampaikan aspirasinya di depan umum demi terpeliharanya ketertiban umum.

## BAB II RUANG LINGKUP

### Pasal 4

Ruang Lingkup Dalmas meliputi:

- a. di jalan raya;
- b. di gedung/ bangunan penting; dan
- c. di lapangan/ lahan terbuka.

- Larangan Pada Pengendalian Massa

### Pasal 7

Larangan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 6 huruf d dalam pengendalian massa adalah:

- a. bersikap arogan dan terpancing oleh perilaku massa;
- b. melakukan tindakan kekerasan yang tidak sesuai dengan prosedur;
- c. membawa peralatan di luar peralatan Dalmas;
- d. membawa senjata tajam dan peluru tajam;
- e. keluar dari Ikatan Satuan/ Formasi dan melakukan pengejaran massa secara perorangan;
- f. mundur membelakangi massa pengunjuk rasa;

- g. mengucapkan kata-kata kotor, pelecehan seksual/ perbuatan asusila, memaki-maki pengunjung rasa; dan
  - h. melakukan perbuatan lainnya yang melanggar peraturan perundang-undangan.
- Kewajiban Pengendalian Massa

#### Pasal 7

Kewajiban sebagaimana dimaksud dalam Pasal 6 huruf d dalam pengendalian massa adalah:

- a. menghormati hak asasi manusia dari setiap orang yang melakukan unjuk rasa;
- b. melayani dan mengamankan pengunjung rasa sesuai ketentuan;
- c. setiap pergerakan anggota Dalmas selalu dalam Ikatan Satuan dan membentuk Formasi sesuai ketentuan;
- d. melindungi jiwa dan harta benda;
- e. tetap menjaga dan mempertahankan situasi hingga unjuk rasa selesai; dan
- f. patuh dan taat kepada perintah /kepala Kesatuan Lapangan yang bertanggung jawab sesuai tingkatannya.

- **Tahapan Pengendalian Massa**

BAB III  
PELAKSANAAN  
Pasal 6

Sebelum Pelaksanaan Dalmas, Kepala Kesatuan melaksanakan Acara Pimpinan Pasukan (APP) kepada seluruh satuan anggota Dalmas yang terlibat Dalmas dengan menyampaikan:

- a. gambaran massa yang akan dihadapi oleh satuan Dalmas (jumlah, karakteristik, tuntutan, dan alat yang dibawa serta kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi selama unjuk rasa);
- b. gambaran situasi obyek dan jalan raya tempat unjuk rasa;
- c. rencana urutan langkah dan tindakan yang akan dilakukan oleh satuan Dalmas; dan
- d. larangan dan kewajiban yang dilakukan oleh satuan Dalmas.

Situasi Tertib/ Hijau

Paragraf Kedua  
Tahap Pelaksanaan  
Pasal 8

Cara bertindak pada Dalmas untuk situasi tertib/hijau adalah:

- a. pada saat massa unjuk rasa bergerak dan/atau pawai, dilakukan pelayanan melalui pengawalan dan pengamanan oleh anggota Samapta/Lantas;

- b. satuan Dalmas dan/atau satuan pendukung memberikan himbauan kepolisian dan himbauan dapat dilakukan dengan menggunakan helikopter;
- c. pada saat massa unjuk rasa tidak bergerak/mogok, Komandan Kompi (Danki) dan/atau Komandan Pleton (Danton) Dalmas Awal membawa pasukan menuju objek dan turun dari kendaraan langsung membentuk formasi dasar bersaf satu arah dengan memegang tali Dalmas yang sudah direntangkan oleh petugas tali Dalmas;
- d. melakukan rekaman jalannya unjuk rasa menggunakan video kamera baik bersifat umum maupun khusus/menonjol selama unjuk rasa berlangsung;
- e. satuan pendukung melakukan kegiatan sesuai dengan fungsi masing-masing;
- f. negosiator berada di depan pasukan Dalmas awal, melakukan perundingan/negosiasi dengan Koordinator Lapangan (Korlap) untuk menampung dan menyampaikan aspirasi;
- g. negosiator melaporkan kepada Kapolsek dan atau Kapolres tentang tuntutan pengunjuk rasa untuk diteruskan kepada pihak yang dituju;
- h. negosiator dapat mendampingi perwakilan pengunjuk rasa menemui pihak yang dituju untuk menyampaikan aspirasi;
- i. apabila massa pengunjuk rasauntutannya meminta kepada pimpinan instansi/pihak yang dituju untuk datang ditengah-tengah massa pengunjuk rasa guna memberikan penjelasan, maka negosiator melaporkan kepada Kapolsek/Kapolsekta/KapolsekMetro/Kapolres/Kapolresta/KapolresMetro/Kapolwil/Kapolwiltabes/Kapolda meminta agar pimpinan instansi atau pihak yang dituju dapat memberikan penjelasan ditengah-tengah pengunjuk rasa;

- j. Kapolsek/Kapolsekta/KapolsekMetro/Kapolres/Kapolresta/KapolresMetro/Kapowil/Kapolwiltabes/Kapolda dan negosiator mendampingi pimpinan instansi/pihak yang dituju atau yang mewakili pada saat memberikan penjelasan;
- k. mobil Penerangan Dalmas berada di belakang pasukan Dalmas Awal untuk melakukan himbauan kepolisian oleh Kapolsek/Kapolsekta/Kapolsek Metro selaku pengendali taktis;
- l. Danton /atau Danki Dalmas melaporkan setiap perkembangan situasi kepada Kapolsek/Kapolsekta/Kapolsek Metro dan/atau Kapolres/Kapolresta/Kapolres Metro/Kapoltabes/Kapowil/Kapolwiltabes;
- m. apabila situasi meningkat dari tertib/hijau ke tidak tertib/kuning, maka dilakukan lapis ganti dengan Dalmas Lanjut.

#### Situasi Tidak Tertib/ Kuning

##### Pasal 9

Cara bertindak pada Dalmas untuk situasi tidak tertib/kuning adalah:

- a. pada saat massa menutup jalan dengan cara duduk-duduk, tidur-tiduran. aksi teatrikal, dan aksi sejenisnya, maka pasukan Dalmas Awal membantu menertibkan, mengangkat dan memindahkan ke tempat yang netral dan atau lebih aman dengan cara persuasif dan edukatif;
- b. negosiator tetap melakukan negosiasi dengan Korlap semaksimal mungkin;



- c. satuan pendukung/polisi udara melakukan pemantauan dan memberikan himbauan kepolisian dari udara sedangkan satuan pendukung lainnya melaksanakan tugas sesuai dengan fungsi dan perannya;
- d. dapat menggunakan unit satwa dengan formasi bersaf di depan Dalmas Awal untuk melindungi saat melakukan proses lapis ganti dengan Dalmas Lanjut;
- e. atas perintah Kapolres Pasukan Dalmas Lanjut maju dengan cara lapis ganti dan membentuk formasi bersaf di belakang Dalmas Awal, kemudian saf kedua dan ketiga Dalmas Awal membuka ke kanan dan kiri untuk mengambil perlengkapan Dalmas guna melakukan penebalan kekuatan Dalmas Lanjut, diikuti saf kesatu untuk melakukan kegiatan yang sama setelah tali Dalmas digulung;
- f. setelah Dalmas Lanjut dan Dalmas Awal membentuk formasi lapis bersaf, unit Satwa ditarik ke belakang menutup kanan dan kiri Dalmas;
- g. apabila pengunjuk rasa semakin memperlihatkan perilaku menyimpang maka Kapolres/Kapolresta/KapolresMetro/Kapoltabes/Kapolwil/Kapolwiltabes memberikan himbauan kepolisian;
- h. apabila eskalasi meningkat dan/atau massa melempari petugas dengan benda keras, Dalmas lanjut melakukan sikap berlindung, selanjutnya Kapolres/Kapolresta/KapolresMetro/Kapoltabes/Kapolwil/Kapolwiltabes memerintahkan Danki Dalmas Lanjut untuk melakukan tindakan hukum sebagai berikut:

1. kendaraan taktis pengurai massa bergerak maju melakukan tindakan mengurai massa, bersamaan dengan itu Dalmas Lanjut maju melakukan pendorongan massa;
  2. petugas pemadam api dapat melakukan pemadaman api (pembakaran ban, spanduk, bendera dan alat peraga lainnya); dan
  3. melakukan pelemparan dan penembakan gas air mata;
- i. evakuasi terhadap VIP/pejabat penting lainnya dapat menggunakan kendaraan taktis penyelamat;
  - j. Danki Dalmas melaporkan setiap perkembangan situasi kepada Kapolres/Kapolresta/Kapolres Metro/Kapoltabes/Kapolwil/Kapolwiltabes; dan
  - k. apabila situasi meningkat Kapolres/Kapolresta/Kapolres Metro/Kapoltabes/Kapolwil/Kapolwiltabes melaporkan kepada Kapolda selaku pengendali umum agar dilakukan lintas ganti dengan Detasemen/Kompi Penanggulangan Huru-Hara (PHH) Brigade Mobil (Brimob).

Situasi Melanggar Hukum/ Merah

#### Pasal 10

Cara bertindak pada PHH dalam situasi melanggar hukum/merah adalah:

- a. Kapolda memerintahkan Kepala Detasemen/Kompi PHH Brimob untuk lintas ganti dengan Dalmas Lanjut;

- b. Detasemen/Kompi PHH Brimob maju membentuk formasi bersaf sedangkan pasukan Dalmas Lanjut melakukan penutupan serong kiri dan kanan (situasional) terhadap pasukan Detasemen/Kompi PHH Brimob dan diikuti Unit Satwa, Rantis Pengurai Massa Samapta membentuk formasi sejajar dengan Rantis Pengurai Massa Detasemen PHH Brimob;
- c. apabila pada satuan kewilayahan yang tidak ada Detasemen/Kompi PHH Brimob, maka Kapolda selaku pengendali umum memerintahkan Kapolres/Kapolresta menurunkan Peleton Penindak Samapta untuk melakukan penindakan hukum yang didukung oleh satuan Dalmas Lanjut Polres/Polresta terdekat.

#### Tahap Pengakhiran

##### Paragraf Ketiga

##### Tahap Pengakhiran

##### Konsolidasi

##### Pasal 11

- 1) Konsolidasi dilakukan oleh satuan Dalmas dalam rangka mengakhiri kegiatan Dalmas dengan melakukan pengecekan kekuatan personel dan peralatan;
- 2) Dalam rangka konsolidasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1), apel konsolidasi dilakukan oleh:
  - a. Kapolsek/Kapolsekta/Kapolsek Metro, dalam situasi hijau;

b. Kapolres/Kapolresta/Kapolres

Metro/Kapoltabes/Kapolwil/Kapolwil-tabes dalam situasi kuning;

dan

c. Kapolda selaku pengendali umum, dalam situasi merah.

3) Setelah selesai pelaksanaan tugas Dalmas, satuan Dalmas kembali ke markas satuan masing-masing dengan tertib.