

ABSTRAK

Anggota Subdirektorat Pengendalian Massa (Subditdalmas) Direktorat Samapta Polda DIY menghadapi tuntutan kerja yang tinggi dalam tugas operasional sehari-hari, yang dapat berdampak pada keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi (*work-life balance*). Keseimbangan tersebut penting dipertahankan demi kesejahteraan dan kinerja personel. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *job demands* (tuntutan kerja) dan *work-life balance* pada personel Subditdalmas Polda DIY. Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional ini melibatkan 164 personel Subditdalmas Polda DIY sebagai subjek, yang sebagian besar berusia muda dan belum menikah. Data dikumpulkan menggunakan skala *work-life balance* dan skala *job demands*, kemudian dianalisis dengan teknik korelasi Spearman Rank. Hasil analisis menunjukkan korelasi positif yang signifikan ($r = 0,346$, $p < 0,05$) antara *job demands* dan *work-life balance*, yang berarti semakin tinggi tuntutan kerja, semakin baik pula keseimbangan kerja-kehidupan personel. Temuan ini menunjukkan bahwa tingginya tuntutan kerja tidak selalu mengganggu kehidupan pribadi; mayoritas personel yang masih muda dan belum berkeluarga mampu beradaptasi terhadap beban tugas yang tinggi. Hasil penelitian ini menekankan pentingnya dukungan organisasi serta pengelolaan sumber daya yang memadai untuk menjaga *work-life balance* personel di tengah tuntutan kerja yang tinggi. Upaya tersebut diharapkan dapat menunjang kesejahteraan dan program pengembangan personel Kepolisian di masa mendatang.

Kata Kunci: *Job Demands*; *Work-Life Balance*; Personel Polri.

ABSTRACT

Personnel of the Crowd Control Subdirectorate (Subditdalmas) under the Samapta Directorate of the Yogyakarta Regional Police (Polda DIY) face high job demands in their daily operational duties, which can impact their work-life balance. Maintaining a healthy balance between work and personal life is crucial to ensure personnel well-being and performance. This study aims to examine the relationship between job demands and work-life balance among Subditdalmas Polda DIY personnel. This quantitative correlational study involved 164 Subditdalmas personnel as research subjects, the majority of whom are young and unmarried. Data were collected using a work-life balance scale and a job demands scale, then analyzed using Spearman Rank correlation. The results showed a significant positive correlation ($r = 0.346$, $p < 0.05$) between job demands and work-life balance, indicating that higher job demands are associated with better work-life balance among these personnel. These findings suggest that high job demands do not necessarily disrupt personal life; the predominantly young and single personnel are able to adapt to the heavy workload. The study underscores the importance of organizational support and adequate resource management in maintaining personnel work-life balance amidst high job demands. Such efforts are expected to support personnel well-being and inform future personnel development initiatives in the police force.

Keywords: Job Demands; Work-Life Balance; Police Personnel.