

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S. (2022). *Manajemen Beban Kerja Karyawan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Amelia, P., & Jaya, U. A. (2024). Pengaruh Keseimbangan Kerja-Hidup (Work-Life Balance) dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Psikologi Terapan*, 14(1), 33–42.
- Andreani, R. S., & Sahrah, A. (2023). Keterikatan Kerja dan Beban Kerja dengan Work Life Balance. *Jurnal Ilmu Perilaku dan Organisasi*, 9(2), 87–96.
- Azwar, S. (2021). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balqis, A., Rahmawati, S., & Yuliana, T. (2021). Beban Kerja dan Dampaknya terhadap Keseimbangan Kehidupan Kerja pada Aparatur Sipil Negara. *Jurnal Psikologi Kerja dan Organisasi*, 5(2), 101–110.
- Fadilah, D. N. (2020). Hubungan Work Life Balance dengan Stres Kerja pada Anggota Polisi. *Jurnal Psikologi dan Profesi*, 3(1), 45–52.
- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2021). Work-Life Balance: A Review and Extension of the Literature. Dalam Wardani & Firmansyah (Eds.), *Psikologi Industri dan Organisasi*. Surabaya: CV Global Media.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2020). The relation between work–family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531.
- Herdiyanti, S., & Firmansyah, R. (2022). Beban Kerja dan Pengaruhnya terhadap Keseimbangan Kehidupan Kerja Pegawai. *Jurnal Psikologi Humanis*, 4(2), 61–72.
- Inggraeni, R. (2021). Dampak Beban Kerja terhadap Work-Life Balance Karyawan. *Jurnal Psikologi Terapan Indonesia*, 9(1), 25–34.
- Jesslyn, F., Pradipta, H., & Anggita, R. (2024). Beban Kerja dan Work Life Balance pada Profesi Polisi. *Jurnal Psikologi Kontemporer*, 6(1), 12–22.
- Koesomowidjojo, S. R. (2021). *Manajemen Beban Kerja*. Jakarta: Mitra Wacana Media.

- Kumar, S., & Kumar, R. (2020). Workload and Psychological Stress in Law Enforcement: A Review. *Journal of Occupational Health*, 62(5), 321–330.
- Mahesa Institute. (2023). *Laporan Psikososial Anggota Polri*. Jakarta: Mahesa Press.
- Mardiani, A., & Widiyanto, M. (2021). Strategi Meningkatkan Work Life Balance di Lingkungan Kerja. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*, 12(3), 88–97.
- Melliferina, D. (2022). Beban Kerja Tinggi dan Implikasinya pada Work Life Balance Polisi. *Jurnal Psikologi Umum*, 5(1), 27–38.
- Nisa, S., Pratiwi, A., & Gunawan, R. (2024). Beban Kerja dalam Konteks Psikologi Industri. *Jurnal Psikologi Terapan dan Evaluasi*, 6(2), 103–115.
- Nurhabiba, A. (2020). Pengaruh Work-Life Balance terhadap Loyalitas dan Produktivitas Karyawan. *Jurnal Psikologi Bisnis dan Organisasi*, 5(1), 71–80.
- Permatasari, T., Lestari, R., & Sukmawati, D. (2020). Beban Kerja dan Konflik Peran dalam Lingkungan Kerja. *Jurnal Psikologi Industri*, 3(1), 57–64.
- Populix. (2021). *Tren Work-Life Balance di Indonesia: Studi Populasi Pekerja*. Jakarta: Populix Research & Data.
- Poulose, S., & Dhal, M. (2020). The Impact of Workload on Work-Life Balance and Career Commitment. *Journal of Human Resource Management*, 8(1), 9–18.
- Purwanti, R., & Syafitri, L. (2020). Beban Kerja dan Produktivitas Kerja Polisi. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 10(2), 77–85.
- Putri, A. R., & Wulandari, S. (2020). Keseimbangan Kehidupan Kerja dan Hubungannya dengan Kepuasan Hidup. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(3), 115–125.
- Putri, D. L., & Wulandari, Y. (2021). Work Life Balance dan Tantangan di Era Digital. *Jurnal Psikologi dan Teknologi*, 7(2), 38–50.
- Rachmayannia, S., Winarsunu, T., & Syakarofath, N. A. (2024). Workload and Work-Life Balance on Employees. *Jurnal Psikologi Kerja dan Organisasi*, 8(1), 51–61.

- Setara Institute. (2024). Laporan Tahunan Hak Sipil dan Politik Anggota Kepolisian. Jakarta: Setara Institute.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R\&D. Bandung: Alfabeta.
- Utari, R., & Perdhana, B. (2024). Pengaruh Beban Kerja terhadap Work Life Balance Karyawan. *Jurnal Psikologi Profesi*, 11(1), 56–63.
- Wardani, P. R., & Firmansyah, D. (2021). Psikologi Industri dan Organisasi: Konsep dan Aplikasi. Yogyakarta: Deepublish.
- Indonesia. (2002). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2002 Nomor 2.
- Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia. (2011). Peraturan Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2011 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kepolisian Negara Republik Indonesia. Jakarta: Kepolisian Negara Republik Indonesia.