

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan lewat wawancara dengan keempat partisipan mengenai gambaran *secondary traumatic stress* pada penyidik yang menangani kasus pembunuhan, peneliti mengidentifikasi sebanyak tiga tema utama dan sebelas sub-tema. Tema utama pertama yakni respon dari paparan dalam penyidikan kasus pembunuhan dengan sub-tema emosi yang dihasilkan paparan dalam penyidikan, persepsi terhadap kerentanan akan potensi ancaman, peningkatan kekhawatiran terhadap lingkungan sekitar, serta munculnya pikiran mengganggu. Tema utama kedua adalah tantangan profesional dan institusional dengan sub-tema jam kerja panjang dan tidak menentu, kompleksitas dalam proses pengungkapan, dan tekanan dalam pelaksanaan penyidikan. Tema utama ketiga merupakan upaya pemulihan dan pendukung stabilitas psikologis dengan sub-tema upaya pemulihan psikologis dari beban kasus pembunuhan, pandangan positif terhadap pekerjaan, bekerja dalam tim, adanya batasan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan.

Tema-tema yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa profesi sebagai penyidik dihadapkan dengan banyak paparan pengetahuan peristiwa traumatis yang diterima dari berbagai sumber selama menangani kasus pembunuhan. Paparan pengetahuan peristiwa traumatis tersebut terlihat memunculkan hasil yang melibatkan emosional, perilaku, maupun kognitif yang berbeda-beda pada masing-masing individu. Meskipun diharuskan untuk

menghadapi paparan-paparan tersebut, dengan adanya upaya pemulihan psikologis dan kestabilan psikologis, penyidik tetap mampu berfungsi dan melaksanakan perannya untuk menjalankan tugasnya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti merekomendasikan beberapa saran berikut:

5.2.1 Saran Metodologis

1. Dalam proses pengambilan data penelitian ini, sesi wawancara beberapa kali diinterupsi oleh urusan pekerjaan partisipan, maka penelitian selanjutnya disarankan untuk mencari waktu wawancara dengan partisipan di luar jam kerja, agar partisipan lebih santai dan fokus dengan topik wawancara tanpa adanya gangguan.
2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk membedakan hari rapport dengan hari pelaksanaan wawancara agar rapport dengan partisipan lebih dalam, sehingga partisipan percaya untuk lebih leluasa dalam membagikan pengalamannya.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan tema penelitian ini mengenai *secondary traumatic stress* pada penyidik yang menangani kasus pembunuhan, implikasi praktis dapat dibagi ke dalam dua tingkatan intervensi utama sebagai berikut:

1. Bagi Penyidik Kepolisian

Hasil temuan penelitian ini menemukan bahwa partisipan menunjukkan manifestasi pengalaman gejala *secondary traumatic stress*,

maka disarankan bagi penyidik kepolisian untuk lebih memperhatikan kesejahteraan psikologis serta tanda-tanda munculnya gejala *secondary traumatic stress*, meskipun tidak semua gejala langsung dialami. Gejala *secondary traumatic stress* ditunjukkan dengan munculnya perubahan secara emosional dan perilaku yang diakibatkan dari paparan akan pengetahuan peristiwa traumatis. Kesadaran ini penting agar penyidik dapat mengambil langkah pencegahan sebelum gejala tersebut semakin berkembang, misalnya dengan mengambil jeda istirahat dari paparan peristiwa traumatis yang intens dan melakukan pemulihan psikologis melalui olahraga, ibadah, atau rekreasi. Selain itu, penyidik juga dianjurkan untuk membuat batasan yang jelas antara pekerjaan dan kehidupan pribadi agar memiliki waktu yang cukup untuk memulihkan diri dari beban pekerjaan. Dengan adanya batasan tersebut, beban dan tekanan dari pekerjaan tidak akan terlalu mempengaruhi hubungan dengan keluarga maupun aspek kehidupan personal lainnya. Menjaga keseimbangan ini akan membantu penyidik tetap stabil secara psikologis sehingga mampu menjalankan perannya dengan baik.

2. Bagi Lembaga Kepolisian

Hasil temuan penelitian ini menemukan bahwa para penyidik menunjukkan manifestasi pengalaman gejala *secondary traumatic stress*, maka Lembaga Kepolisian disarankan untuk memberikan dukungan struktural bagi penyidik dalam menghadapi tuntutan dan tekanan pekerjaan yang tinggi, terutama kepada penyidik yang sedang menangani kasus

pembunuhan untuk pertama kali. Salah satu bentuk dukungan adalah dengan mengatur sistem kerja yang lebih fleksibel, termasuk pengaturan jadwal dan pembagian beban kasus secara proporsional agar jam kerja yang panjang tidak menimbulkan kelelahan berlebihan. Organisasi juga perlu menyediakan forum komunikasi internal maupun pendampingan psikologis agar penyidik memiliki ruang untuk mengekspresikan tekanan yang dirasakan. Selain itu, organisasi diharapkan untuk membangun kembali kepercayaan masyarakat melalui peningkatan transparansi, profesionalisme, dan akuntabilitas dalam setiap proses penyidikan, sehingga penyidik tidak perlu merasa tertekan akibat sorotan media dan pandangan masyarakat. Dengan adanya langkah-langkah tersebut, penyidik akan merasa lebih didukung secara profesional maupun emosional sehingga dapat tetap optimal dalam menjalankan tugas.

