

TESIS
IMPLEMENTASI PROGRAM FISIK MENTAL DAN DISIPLIN SEBAGAI UPAYA
PENGELOLAAN STRES KERJA PEGAWAI
DI RUMAH TAHANAN KELAS II B MARABAHAN

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Magister (S2) pada
Program Studi Magister Administrasi Publik



Oleh :

Siti Faridah Suhendri Nurputri

NIM. 2420419320012

PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PUBLIK
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN

2026

RIWAYAT HIDUP PENELITI



Nama Siti Faridah Suhendri Nurputri lahir di Tasikmalaya, 04 Februari 2002. Penulis merupakan anak kedua dari empat bersaudara. Putri dari Bapak Asep Nondi Suhendri (Alm) dan Ibu Endang Ratna Sariningsih. Penulis memulai Sekolah Dasar di SDN Citapen 1 Tasikmalaya dan SDN Jawa 2 Martapura, penulis lulus pada tahun 2014.

Selanjutnya melanjutkan Sekolah Menengah Pertama di SMPN 1 Martapura kelulusan tahun 2017, kemudian melanjutkan Sekolah Menengah Atas di SMAN 1 Martapura lulus pada tahun 2020. Penulis kemudian melanjutkan Pendidikan Tinggi ke jenjang S1 di Universitas Lambung Mangkurat jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan dan lulus pada tahun 2024, dan kemudian melanjutkan S2 di Program Studi Magister Administrasi Publik Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat tahun 2024 dan lulus pada tahun 2026 sehingga penulis cantumkan riwayat hidup dalam Tesis ini. Penulis berharap hasil pendidikan dan penelitian yang telah ditempuh dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang administrasi publik, serta memberikan kontribusi bagi peningkatan pengelolaan sumber daya manusia dan kualitas pelayanan publik.

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Faridah Suhendri Nurputri

NIM : 2420419320012

Program Studi : Magister Administrasi Publik

Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas : Universitas Lambung Mangkurat

Judul Tesis : Implementasi Program Fisik Mental Dan Disipilin

Sebagai Upaya Pengelolaan Stres Kerja Pegawai Di

Rumah Tahanan Kelas II B Marabahan

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa tulisan dan data yang saya muat dalam karya ilmiah/tesis ini bukan merupakan hasil plagiat dan apabila dikemudian hari ditemukan data yang terindikasi adanya penyimpangan atau pemalsuan pada bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 1 September
2026 Mahasiswa yang
bersangkutan,

Siti Faridah Suhendri Nurputri
NIM. 2420419320012

LETTER OF ACCEPTANCE
No.3133/L/S/JIPM/V/2026

**Dear Author : Siti Faridah Suhendri Nurputri, M. Nur Iman Ridwan,
Tomi Oktavianor, Muhammad Riduansyah Syafari**

**di –
Universitas Lambung Mangkurat**

Dengan hormat,
Kami dari Redaksi Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa menyampaikan bahwa artikel bapak/ibu dengan judul:

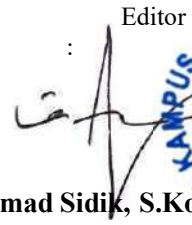
**IMPLEMENTASI PROGRAM FISIK MENTAL DAN DISIPLIN
SEBAGAI UPAYA PENGELOLAAN STRES KERJA PEGAWAI
DI RUMAH TAHANAN X**

telah diterima dan sudah direview dan dinyatakan diterima (ACCEPTED) dan akan diterbitkan di **Volume 4 Nomor 6 Edisi Desember 2026** dengan e-ISSN : **3025-5465**, p- ISSN : **3025-7964**.

Kami mengucapkan terimakasih banyak atas kepercayaan bapak/ibu untuk menerbitkan artikel terbaik, kami akan kembali menginformasikan tahap proses berikutnya sampai publish (terbit). dan untuk seterusnya kami masih menunggu artikel terbaik saudara selanjutnya.

Demikianlah surat keterangan ini kami perbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Semarang, 27 Agustus 2026
Editor Chief Journal


Muhamad Sidik, S.Kom, M.Kom





NPSN:
K9997523

Neo Spectra English Course

Jalan Raya Jatinangor 45, desa Hegarmanah, Jatinangor, Sumedang 45363



Test of English Proficiency and Skill

SK Ijin Operasional Dinas Pendidikan: 421.10/Kep.398/Disdik/2024

CERTIFICATE OF ACHIEVEMENT

This is to certify that

Siti Faridah Suhendri Nurputri

achieved the following scores on the

TOEPS PBT (TOEFL Prediction) at Neo Spectra English Course

LISTENING COMPREHENSION	53
STRUCTURE AND WRITTEN EXPRESSION	53
READING COMPREHENSION	54
TOTAL	533



Jatinangor, August 31, 2026

Number: 13.73552/LKP/NSE/VIII/2026

Date of Test: August 30, 2026

Date of Birth: Tasikmalaya, February 04, 2002

*TOEFL® and Test of English as a Foreign Language® are registered trademark of ETS

*This test report is not endorsed or approved by ETS



Muadz Romadoni, S.Si.
Director



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
MAGISTER ADMINISTRASI PUBLIK

SERTIFIKAT BEBAS PLAGIASI

NOMOR : 082/UN8.4/MAP-PLAG/2026

DIBERIKAN KEPADA :

SITI FARIDAH SUHENDRI NURPUTRI

JUDUL TESIS :

Implementasi Program Fisik Mental dan Disiplin Sebagai Upaya Pengelolaan Stres Kerja Pegawai
di Rumah Tahanan Kelas II B Marabahan.

Banjarmasin, 26 Agustus 2026
Koordinator Program Studi,



Dr. H. Taufik Arbain, S.Sos., M.Si
NIP. 197403072002121003



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen. H. Hasan Basry Banjarmasin 70123 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

SURAT KETERANGAN
KELAYAKAN SIDANG AKHIR SKRIPSI/TESIS
Nomor : 512/UN8.1.13/SP/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Indra Yuslianto, S.Pd
NIP : 198008032005011002
Pangkat/Gol : IV/a/Pembina
Jabatan : Kepala Bagian Umum

Menerangkan bahwa :

Nama : Siti Faridah Suhendri Nurputri
NIM : 2420419320012
Jurusan : Magister Administrasi Publik
Judul Skripsi : Implementasi Kebijakan Pengelolaan Stres Kerja Pegawai di
Rumah Tahanan Kelas II B Marabahan.

Dengan ini menerangkan atas nama tersebut diatas sudah memenuhi syarat administrasi untuk melaksanakan sidang Skripsi/Tesis Semester Genap 2025/2026.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Banjarmasin, 22 Juni 2026
Kepala Bagian Umum,



Indra Yuslianto, S.Pd.
NIP.198008032005011002





KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id>

SURAT TUGAS

Nomor 2099/UN8.1.13/KP.10.00/2026

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat
Banjarmasin menugaskan Saudara / i :

1. Dr. M. Nur Iman Ridwan, S.Sos., M.Si
2. Dr. Tomi Oktavianor, M.Soc., Sc
3. Dr. Muhammad Riduansyah Syafari, M.PA

Untuk menguji Sidang Akhir Tesis mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin:

Nama : Siti Faridah Suhendri Nurputri
NIM : 2420419320012
Jurusan/Program Studi : Magister Administrasi Publik
Judul Tesis : Implementasi Kebijakan Pengelolaan Stres Kerja
Pegawai di Rumah Tahanan Kelas II B Marabahan.

Dilaksanakan pada:

Hari dan Tanggal : Rabu, 24 Juni 2026

J a m : 13.30 WITA s/d selesai

T e m p a t : Ruang Sidang, Gd. Pascasajana ULM

Demikian surat tugas ini diberikan, untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 22 Juni 2026

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik ULM,



Dr. Irwansyah, S.Sos, M.Si

NIP 197104201999031001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
MAGISTER ADMINISTRASI PUBLIK

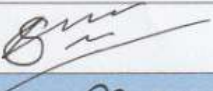
Jl. Brigjen H. Hasan Basry Kayu Tangi Banjarmasin Telp/Fax(0511) 3307718
Email Center:maptbs_unlam@yahoo.com; Laman:www.map.ulm.ac.id

BERITA ACARA UJIAN AKHIR TESIS

Pada hari ini *Rabu* tanggal *Dua Puluh Empat* bulan *Juni* tahun *Dua Ribu Dua Puluh Enam* telah dilaksanakan Ujian Akhir Tesis nomor surat *2099/UN8.1.13/KP.10.00/2026* jam *Sepuluh Wita* yang berjudul "*Implementasi Kebijakan Pengelolaan Stres Kerja Pegawai di Rumah Tahanan Kelas II B Marabahan*" mahasiswa :

Nama : Siti Faridah Suhendri Nurputri
NIM : 2420419320012
Program : Magister Administrasi Publik (MAP)

Dengan nilai sebagai berikut:

Dengan nilai sebagai berikut:		
Nama/Jabatan	Nilai (Angka)	Tanda Tangan
Penguji	86	
Dr. H. M. Nur Iman Ridwan, S.Sos., M.Si		
Penguji	79	
Dr. Tomi Oktavianor, M.Soc., Sc		
Penguji	85	
Dr. Muhammad Riduansyah Syafari, M.PA		
Rerata		83,33

Demikian Berita Acara ujian akhir tesis ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mahasiswa yang Ujian

Siti Faridah Suhendri Nurputri
NIM. 2420419320012

Banjarmasin, 24 Juni 2026

Ketua Tim Penguji

Dr. H. M. Nur Iman Ridwan, S.Sos., M.Si
NIP.

Mengetahui:
Koordinator Program,



Dr. H. Taufik Arbain, S.Sos., M.Si
NIP. 197403072002121003



Catatan :

Blangko penilaian dan semua berkas dikembalikan ke bagian pendidikan oleh Ketua Tim Penguji dan tidak diberikan kepada mahasiswa

ABSTRACT

Siti Faridah Suhendri Nurputri. 2420419320012. 2026. Thesis. Implementation of Policies for Managing Employee Work Stress at Class IIB Marabahan Detention Centre. Advisor: Muhammad Nur Iman Ridwan

Keywords: Policy Implementation, Work Stress Management, FMD (Physical, Mental, Discipline)

This study aims to analyse the implementation of work stress management policies and identify the supporting and inhibiting factors in implementing employee work stress management policies at the Class IIB Marabahan State Detention Centre.

This study uses a qualitative approach to examine work stress management policy implementation at the Class IIB Marabahan Detention Centre. It provides an in-depth picture based on experiences, perceptions, and implementation practices at the Marabahan Detention Centre. Data were obtained through in-depth interviews, observations, and document analysis related to the implementation of work stress management policies at the Class IIB Marabahan Detention Centre.

Research results show that the Class IIB Marabahan State Detention Centre implements employee work stress management policies through the Physical, Mental, and Discipline (FMD) Program, which provides physical and psychological refreshment, boosts work motivation, and strengthens camaraderie among staff. Policy implementation is supported by open communication, resource availability, positive attitudes from implementers, and clear task distribution. However, its execution is not yet optimal because program evaluations are still done informally, there are no work stress measurement instruments or specific standard operating procedures available, and the program's continuity heavily depends on budget availability. These conditions indicate that the program's impact on employees remains short-term, so more systematic and sustainable work stress management is needed to better support employee wellbeing.

The study's conclusion shows that implementing employee work stress management policies at Marabahan Class IIB State Detention Centre through the Physical, Mental, and Discipline (FMD) Program has been going quite well. However, it's not yet optimal because of limitations in evaluation, implementation guidelines, and resource support. This means the current approach still needs strengthening so that work stress management can more effectively support employees' psychological wellbeing.

Banjarmasin, September 2, 2026

Approved by:

Head of Language Center



Dr. Hj. Noor Eka Chandra, M.Pd

NIP. 197710232001122003



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
UPA BAHASA ULM

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Kotak Pos 70123 Banjarmasin
Telepon/Fax.: (0511) 3308140
Email: uptbahasa@ulm.ac.id

SURAT KETERANGAN

NO: 257/UN8.16/BS/2026

Bersama ini kami menerangkan bahwa Ringkasan bahasa Inggris dengan judul:

***“Implementation of Policies for Managing Employee Work Stress at Class IIB
Marabahan Detention Centre”*** yang disusun oleh:

Nama Mahasiswa : Siti Faridah Suhendri Nurputri
Nim : 2420419320012
Jurusan/Fakultas : S2 Administrasi Publik
Program : Pascasarjana

telah diverifikasi Bahasa Inggris yang digunakan sesuai dengan makna dari ringkasan yang ditulis oleh mahasiswa tersebut di atas. (Ringkasan terlampir)
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, September 2, 2026

Kepala,



Dr. Hj. Noor Eka Chandra, M.Pd
NIP. 197710232001122003

DAFTAR ISI

BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	12
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
BAB II	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Penelitian Terdahulu.....	15
2.2 Kebijakan Publik	27
2.3 Implementasi Kebijakan.....	29
2.6 Rumah Tahanan.....	54
2.7 Manajemen Kepegawaian	55
2.8 Konsep Sumber Daya Pegawai	59
2.9 Kebijakan Pengelolaan Stres Kerja di Rutan Kelas IIB Marabahan	65
2.10 Kerangka Berfikir.....	68
BAB III.....	71
METODE PENELITIAN	71
3.1 Pendekatan Penelitian	71
3.2 Tipe Penelitian.....	71
3.3 Lokasi Penelitian	72
3.4 Sumber data dan Instrumen Penelitian.....	72
3.5 Teknik Pengumpulan Data	75
3.6 Teknik Analisis Data	76
3.7 Pengujian Keabsahan Data.....	78

BAB IV	81
GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN.....	81
4.1 Letak Geografis dan Kondisi Fisik Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan.....	82
4.2 Jumlah Pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	86
4.3 Karakteristik Pegawai	90
4.4 Visi dan Misi Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	94
4.4 Struktur Organisasi Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	95
4.5 Peta Jabatan Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	96
BAB V	98
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	98
5.1 Hasil Penelitian	98
5.2 Pembahasan	155
BAB VI.....	180
PENUTUP	180
6.1 Kesimpulan	180
6.2 Saran.....	182
DAFTAR PUSTAKA	184
LAMPIRAN	186

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Matriks Penelitian Terdahulu	21
Tabel 4. 1 Jumlah Pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	89
Tabel 4. 2 Karakteristik Pegawai	94

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Regulasi.....	67
Gambar 2. 2 Kerangka Berfikir.....	70
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi Rutan Kelas IIB Marabaha.....	95
Gambar 4. 2 Peta Jabatan Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan.....	96
Gambar 5.1 1 Surat Perintah Fisik, Mental dan Disiplin (FMD).....	99
Gambar 5.1 2 Susunan Kepanitiaan Program Fisik, Mental dan Disiplin (FMD)....	100
Gambar 5.1 3 Laporan Program Fisik, Mental, Disiplin (FMD)	101

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	159
Lampiran 2 Jam Kerja Rumah Tahanan Kelas IIB Marabahan	160
Lampiran 3 Dokumentasi Wawancara	161