

Psychological Well-Being for Women Working as Members of the TNI/Polri

Kesejahteraan Psikologis pada Wanita yang Bekerja sebagai Anggota TNI/Polri

R.R. Karina Putri Pramitadewi¹

¹ Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi,
University Airlangga, Indonesia
Email: r.r.karina.putri.pramitadewi-2019@psikologi.unair.ac.id

Wiwin Hendriani²

² Fakultas Psikologi,
University Airlangga, Indonesia
Email: wiwin.hendriani@psikologi.unair.ac.id

Correspondence:

R.R. Karina Putri Pramitadewi

Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia
Email: r.r.karina.putri.pramitadewi-2019@psikologi.unair.ac.id

Abstract

The purpose of this study is to collaborate the results of previous research on psychological well-being in women who work as members of the TNI/Polri into a study. This study uses literature studies. The usefulness of literature review itself is to synthesize a variety of relevant research results, so that the facts presented can be more balanced and comprehensive. A total of four journals will be reviewed after going through the selection process, all of which are journals with quantitative studies. The results of the study described on the condition of psychological well-being in women who worked as members of the TNI/Polri based on the results of measurements in the journal 1 showed that most (71%) were in the high category. While the results of measurements in journal 4 showed 62.5% of psychological well-being was in the high category and 37.5% very high. Based on the results of this study, it can be used as reinforcing evidence for the importance of paying more attention, especially to the psychological well-being of women who work as members of the TNI/Polri, which have a positive or negative relationship with several other variables such as Dual Role Conflict (Work-Family), Hardiness, Perceptions of Career Development and Fear of Success.

Keyword : Psychological Well-Being; Review; TNI/Polri Women Members

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkolaborasi hasil penelitian sebelum-sebelumnya perihal kesejahteraan psikologi pada wanita yang bekerja sebagai anggota TNI/Polri menjadi sebuah kajian. Penelitian ini menggunakan kajian literatur. Kegunaan dari tinjauan literatur sendiri adalah untuk mensintesis berbagai hasil penelitian yang relevan, sehingga fakta yang dipaparkan dapat lebih berimbang dan juga komprehensif. Sebanyak empat jurnal akan ditinjau setelah melalui proses seleksi, yang semuanya merupakan jurnal dengan studi kuantitatif. Hasil penelitian yang digambarkan perihal kondisi kesejahteraan psikologis pada wanita yang bekerja sebagai anggota TNI/Polri berdasarkan dari hasil pengukuran dalam jurnal 1 menunjukkan bahwa sebagian besar (71%) berada pada kategori tinggi. Sedangkan hasil pengukuran pada jurnal 4 menunjukkan 62,5% kesejahteraan psikologis berada pada kategori tinggi dan 37,5% sangat tinggi. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bukti penguat pentingnya untuk memberikan perhatian lebih khususnya terhadap kondisi kesejahteraan psikologis pada wanita yang bekerja sebagai anggota TNI/Polri yang memiliki hubungan baik secara positif maupun negatif dengan beberapa variabel lain seperti Konflik Peran Ganda (Pekerjaan-Keluarga), Hardiness, Persepsi Pengembangan Karier dan Fear of Success.

Kata Kunci : Kesejahteraan Psikologis; Review; Wanita Anggota TNI/Polri

Copyright (c) Psikostudia: Jurnal Psikologi

Received 2022-11-07

Revised 2022-12-19

Accepted 2023-02-23



LATAR BELAKANG

Setiap negara memiliki alat pertahanan negaranya masing-masing, termasuk Indonesia. Alat pertahanan Negara Republik Indonesia adalah Tentara Nasional Indonesia (TNI) dengan tiga fungsi utama yaitu (1) mempertahankan bangsa dari ancaman militer atau bersenjata baik dari dalam maupun luar negeri terhadap keselamatan, kedaulatan, dan keutuhan wilayah, (2) menindaklanjuti setiap bentuk ancaman, dan (3) memulihkan kondisi keamanan yang telah terganggu sebagai dampak dari kekacauan yang mengancam keamanan bangsa seperti yang tertuang pada Undang-Undang Republik Indonesia No.34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia. Selain TNI, tugas menjaga keamanan Negara dipegang oleh Kepolisian Negara Republik Indonesia (Polri) yang memiliki fungsi untuk menjaga keamanan serta ketertiban di masyarakat, menegakkan hukum, memberikan perlindungan, pengayoman serta pelayanan kepada masyarakat berdasarkan Undang- Undang No.2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia.

Beratnya fungsi dari TNI/Polri mengakibatkan mayoritas orang akan memikirkan bahwa anggota TNI/Polri lebih ditujukan kepada laki-laki, namun pada kenyataannya terdapat pula anggota TNI/Polri wanita. Tercatat berdasarkan hasil rekapitulasi Prajurit TNI Tahun 2022, hanya terdapat 8.850 personel perempuan di Korps Wanita TNI (WanTNI) atau sekitar 2% dari total seluruh Prajurit TNI (Kemenpppa, 2022). Sedangkan total Polisi Wanita di Indonesia pada bulan Agustus 2022 berjumlah 25.700 orang dan belum mencapai 6% sedangkan idealnya 30% dari jumlah total personel Polri untuk mencapai kesetaraan gender di Korps Bhayangkara (Purwanto, 2022). Selain menambah jumlah, Polri juga bertekad untuk terus meningkatkan kualitas dan kemampuan Polwan lebih unggul lagi, menjadikan Polwan lebih berprestasi (Purwanto, 2022).

Unger & Crawford (1992) gender adalah pembeda antara perempuan dan laki-laki yang dikonstruksi secara sosial dan tidak hanya berdasarkan perbedaan biologis. Ia menambahkan bahwa stereotip gender merupakan sifat-sifat yang diyakini dimiliki oleh laki-laki dan perempuan dalam diri individu tersebut. Menurut Unger dan Crawford (1992) hal ini menyebabkan orang-orang tidak terbiasa melihat perempuan eksekutif ataupun atlet yang berperilaku seperti laki-laki serta memiliki peran yang sama. Bidang pekerjaan tradisional bagi perempuan merupakan bidang pekerjaan yang dianggap sesuai dengan stereotip peran jenis kelaminnya sedangkan bidang pekerjaan non tradisional adalah bidang pekerjaan yang dianggap tidak sesuai dengan stereotip dan salah satu bidang pekerjaan non tradisional perempuan adalah polisi (Unger dan Crawford, 1992). Menurut hasil penelitian Delyara et al (dalam Masita et al, 2019) prajurit wanita mengemban tugas yang berbeda dengan wanita karir pada umumnya. Prajurit wanita TNI mengemban tugas-tugas struktural dan tugas tambahan yang terdiri dari tugas pengembangan diri seperti pendidikan lanjut serta perintah-perintah atasan diluar tugas kedinasannya, yang menuntut untuk selalu siap kapan pun.

Data menunjukkan bahwa 70% prajurit wanita TNI di Indonesia telah berstatus menikah (Masita et al, 2019).

Seorang wanita yang bekerja sebagai Anggota TNI/Polri dengan status sudah menikah memiliki peran ganda sebagai Anggota TNI/Polri dan ibu rumah tangga lebih rentan mengalami konflik. Hal ini dikarenakan tidak mudah menyesuaikan antara waktu bekerja dan mengurus keluarganya mengingat jam kerja mereka lebih terikat, belum lagi jika sewaktu-waktu mendapat perintah dari atasan saat ada tugas penting yang harus segera diselesaikan (Sitorus, dkk., 2022). Anggota TNI/Polri yang sudah menikah dituntut untuk menjalankan perannya sebagai seorang istri, ibu dan anggota keluarga, disisi lain juga dituntut agar dapat mengembangkan sikap-sikap dan mengemban tanggung jawab sebagai Anggota TNI/Polri, hal ini dapat menimbulkan konflik yang berpotensi menurunkan kebahagiaan atau kesejahteraan mereka.

Adanya stigma bahwa perempuan tidak cocok dalam peran ini karena dalam masyarakat masih terdiktomi oleh pandangan bahwa perempuan adalah makhluk feminim yang membutuhkan perlindungan bukan melindungi (Coltrane, 2000). Tanggung jawab, tugas, dan kompetensi yang dituntut kepada mereka pun sama dengan anggota TNI/Polri laki-laki. Selain itu terdapat beberapa hal yang menjadi pemicu stress dalam lingkungan militer seperti (1) *isolation* yakni batasan untuk berinteraksi dengan lingkungan di luar lingkungan militer; (2) *ambiguity* terkait hal-hal yang sering terjadi dan di luar prediksi anggota militer; (3) *powerlessness* berkaitan dengan batasan kekuasaan anggota terhadap atasannya; (4) *boredom* yaitu minimnya situasi pendidikan; (5) *danger* berkaitan terhadap resiko tinggi yang harus dihadapi; dan (6) *workload* yaitu banyaknya beban tugas yang diterima (Ausie et al., 2018).

Masyarakat umum masih memandang sebelah mata prajurit wanita karena masih adanya stigma bahwa wanita adalah individu yang lemah, manja, dan mudah menangis (Antin et al., 2018), sangat berbanding terbalik dengan sifat yang harus ditunjukkan seorang prajurit. Padahal, kinerja TNI/Polri yang semakin baik tentunya tidak lepas dari dukungan kinerja TNI/Polri wanita. Polwan dipastikan memiliki kesempatan yang sama dengan polisi pria selama menempuh pendidikan pertama meski dengan beberapa standart yang berbeda, pada jenjang karir pun Polwan juga dapat mencapai perwira tinggi (Yulishatin, 2008). Di Indonesia sendiri penugasan Polwan telah berkembang dan tidak hanya dalam bidang kejahatan terkait anak-anak, perempuan, dan remaja, namun juga sudah merambah dalam bidang narkotika, masalah administrasi, sehingga dapat dikatakan sudah menyamai berbagai tugas polisi laki-laki (Yulishatin, 2008).

Menurut Santrock (dalam Apsaryanthi & Lestari, 2017), peran yang dijalankan oleh ibu bekerja dapat menimbulkan stres yang disebabkan oleh adanya tuntutan waktu dan tenaga tambahan, pembagian waktu untuk keluarga dan karir, konflik antara peran pekerjaan dan peran keluarga, persaingan kompetitif antara suami dan istri, serta yang menjadi permasalahan penting adalah apakah perhatian terhadap kebutuhan anak sudah terpenuhi dengan baik atau belum. Terlebih lagi sebagai anggota TNI/Polri, menurut Aumiller & Corey (dalam Purwanto & Sahrah, 2020) salah satu

profesi yang beresiko terjadinya stres dibandingkan profesi lainnya adalah seorang Polisi. Beberapa penelitian lain menemukan hasil yang serupa bahwa diketahui 80% anggota Polri mengalami stres khususnya dari satuan Reserse dan anggota lalu lintas, terdapat 97% polisi melaporkan stres yang tinggi dalam pekerjaan mereka, serta *Occupational Stress Index* yang menunjukkan hasil sebanyak 85,5% dari 475 total responden mengalami stres kerja dengan kategori tinggi yang berprofesi sebagai Polisi (Felisiani; Humayon & Raza; Hunnur, Bagali, & Sudarsha, dalam Purwanto & Sahrah, 2020)

Lubis (dalam Apsaryanthi & Lestari, 2017) juga mengungkapkan bahwa ibu yang bekerja cenderung dapat mempengaruhi keharmonisan keluarga dikarenakan kesibukan aktivitas yang berlebihan cenderung membuat seorang ibu tidak mempunyai banyak waktu untuk keluarga dan pusat perhatian ibu yang lebih mengarah pada kesuksesan karir dapat membuat ibu menjadi menelantarkan perannya sebagai istri dan juga sebagai ibu. Sedangkan di sisi lain bagi ibu bekerja sendiri dikutip dari artikel majalah daring *Forbes Women*, mengatakan bahwa hanya 2% perempuan bekerja yang berencana meninggalkan pekerjaannya dengan alasan keluarga. Sebesar 43% dari perempuan yang berkualifikasi tinggi memilih untuk kembali bekerja setelah memiliki anak. Keputusan perempuan untuk menjadi ibu yang bekerja tidak mengurangi komitmen kerja mereka (Ferrante, 2018).

Guna memberikan dukungan dari TNI/Polri wanita dapat dilakukan dengan meningkatkan kesejahteraan psikologis TNI/Polri wanita (Khairina & Sahrah, 2021). Wulandari & Wardani (2021) dan Estikomah (2018) mengungkapkan bahwasanya terdapat korelasi yang kuat antara kinerja dengan kesejahteraan psikologis. Nevid dan Rathus (2016) mengemukakan bahwasanya kesejahteraan psikologis merupakan suatu capaian utuh yang melibatkan kondisi disaat individu merasa nyaman, puas, tenang, serta bahagia sehingga produktivitas, kepuasan kerja, loyalitasnya tinggi (Lumbangaol & Ratnaningsih, 2018).

Memiliki kesejahteraan secara psikologis menandakan bahwa individu –dalam hal ini TNI/Polri Wanita– mampu mengaktualisasikan seluruh kemampuan atau potensi yang dimilikinya dan menjadi individu yang *fully functioning* dalam menghadapi peristiwa dalam hidupnya (Savitri & Listiyandini, 2017). Penelitian dari Ryff dan Singer (2002) menunjukkan bahwa skor kesejahteraan psikologis subjek wanita lebih tinggi dari pada subjek pria, terutama pada dimensi hubungan yang positif dengan orang lain. Hasil yang serupa juga dihasilkan dari penelitian Setiawan dan Budiningsih (2014) yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer dengan jenis kelamin wanita lebih tinggi dibanding dengan laki-laki. Kesejahteraan psikologis memiliki enam dimensi model multidimensional yaitu *self acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, serta *personal growth* (Ryff, 2014). Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai rasa bahagia, lebih jelas Ryff (dalam Ausie et al., 2018) mendefinisikan kesejahteraan psikologis ialah keadaan disaat individu mempunyai sikap positif baik terhadap dirinya

sendiri, orang lain sehingga ia mampu memutuskan yang terbaik bagi dirinya, serta dapat mengontrol perilakunya sehingga individu tersebut bisa lebih memaknai kehidupan dan mengembangkan potensinya.

Kemampuan individu menerima dirinya apa adanya dan memiliki sifat positif terhadap masa lalunya adalah karakteristik dari *self acceptance*. Kemampuan individu untuk membangun hubungan interpersonal dengan orang sekitarnya adalah karakteristik dari *positive relations with others*. Kemampuan individu dapat menentukan pilihan dalam hidupnya secara independen adalah karakteristik dari *autonomy*. Individu yang mampu memilih dan menciptakan lingkungan sesuai kebutuhan dirinya disebut *environmental mastery*. *Purpose in life* adalah kemampuan individu dalam memberikan kontribusi pada kebermaknaan hidupnya. *Personal growth* adalah kemampuan individu untuk meningkatkan potensi dirinya sebagai seorang individu yang utuh.

Hasil penelitian dari Estikomah (2018) mengemukakan bahwasanya terdapat hubungan positif antara persepsi pengembangan karir dan *fear of success* terhadap kesejahteraan psikologis dengan subjek polisi wanita yang bekerja di Mapolda DIY, sejalan dengan penelitian Estikomah & Sahrah (2019) yang mengungkap bahwa ada pengaruh positif antara persepsi pengembangan karir dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian dari Ausie et al (2018) menghasilkan temuan bahwa korelasi antara *hardiness* dengan kesejahteraan psikologis memiliki koefisien korelasi = 0,755 dengan taraf signifikansi 0,00 yang menandakan terdapat hubungan yang cukup kuat antar kedua variabel pada subjek yaitu Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD). Hasil penelitian dari Pangastuti & Sawitri (2015) menghasilkan temuan bahwasanya kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh konflik peran pekerjaan-keluarga yang menyumbang 46%. Hal ini menandakan bahwa jika individu ingin menambah kesejahteraan psikologisnya maka dapat dilakukan dengan mengurangi konflik peran pekerjaan-keluarganya. Tidak jauh berbeda dengan penelitian serupa yang menemukan hasil bahwasanya kesejahteraan psikologi memberikan kontribusi secara efektif sebanyak 44,9% terhadap konflik peran ganda (Anwar & Fauziah, 2019).

Penelitian terkait kesejahteraan psikologis pada prajurit wanita TNI/Polri di Indonesia belum banyak ditemukan, tema ini menarik untuk diteliti mengingat kesejahteraan psikologis pada TNI/Polri sangat penting untuk menghadapi beban kehidupan dan pekerjaan yang berat. Data dari penelitian yang dilakukan oleh Purwanto dan Sahrah (2020) menunjukkan hasil kategorisasi persepsi beban kerja yang tinggi sebesar 53,85% dan jumlah ini lebih dari setengah Anggota Polisi yang memiliki persepsi terhadap beban kerja yang berat. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya maka perlu dikaji lebih lanjut dengan mengkolaborasikan penelitian-penelitian sebelumnya menjadi satu kesatuan pembahasan dan kajian. Penelitian ini akan menggali lebih lanjut mengenai kesejahteraan psikologis pada wanita yang bekerja sebagai TNI/Polri secara definisi, aspek-aspek, dan review dampaknya. Penelitian ini

menggunakan metode tinjauan literatur yang belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya.

Tinjauan literatur merupakan salah satu metode penelitian guna mengidentifikasi, mengevaluasi serta menginterpretasi hasil-hasil penelitian yang relevan dengan pertanyaan penelitian, topik atau fenomena tertentu yang menjadi perhatian (Sugiyono, 2016). Kegunaan dari tinjauan literatur adalah untuk mensintesis berbagai hasil penelitian yang relevan, sehingga fakta yang dipaparkan dapat lebih berimbang dan juga komprehensif. Manfaat dari penelitian ini sendiri adalah dapat dijadikan sebagai bukti penguat akan pentingnya kesejahteraan psikologis pada wanita anggota TNI/Polri dan juga variabel-variabel lain yang berhubungan agar mendapat perhatian lebih guna menunjang pekerjaan dan kehidupan sehari-hari.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dengan menggunakan tinjauan literatur memiliki beberapa tahapan yang harus dilakukan, mulai dari (1) mengidentifikasi pertanyaan penelitian; (2) menyusun protokol penelitian; (3) menentukan *database* hasil penelitian yang menjadi wilayah pencarian; (4) menyeleksi penelitian yang memiliki hasil relevan; (5) menentukan hasil penelitian yang berkualitas; (6) mengekstrasi data dari studi individual; (7) mensintesis hasil dengan teknik meta-analisis hingga (8) menyajikan hasil tinjauan literatur yang telah dilakukan (Herdiansyah, 2015). Melakukan sintesis dari hasil penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan statistik yang disebut sebagai "meta analisis". Menurut Moenadjat et al (2020) meta analisis merupakan teknik dalam mengagregasi data guna memperoleh kekuatan statistik dalam mengidentifikasi

hubungan sebab akibat antara faktor risiko atau perlakuan dengan suatu efek atau *outcome*.

Pencarian literatur dilakukan dengan cara mencari jurnal yang memiliki tema yang akan ditinjau melalui *e-database* Portal GARUDA (Garba Rujukan Digital) di laman garuda.ristekdikti.go.id. Proses mencari jurnal ini berlangsung selama 2 minggu dari 8-22 September 2022. Pencarian jurnal menggunakan kata kunci seperti "Kesejahteraan Psikologis" atau "Psychological Well-Being" dan "TNI wanita" atau "tentara wanita" atau "prajurit wanita" atau "korps wanita angkatan udara" atau "korps wanita angkatan darat" atau "korps wanita angkatan laut" atau "WARA" atau "KOWAD" atau "KOWAL" atau "Polwan" atau "Polisi wanita". Banyaknya kata kunci dengan berbagai macam sinonim yang digunakan dimaksudkan agar dapat memperluas jangkauan jurnal yang serupa namun menggunakan istilah yang berbeda.

Penyaringan literatur dilakukan dengan menerapkan kriteria inklusi serta eksklusi. Kriteria inklusi maupun eksklusi meliputi: 1) literatur psikologi, 2) literatur dengan tema yang sama, 3) berbahasa Indonesia, 4) studi empiris (kuantitatif atau kualitatif), 5) hasil *peer-review*, 6) literatur dapat diunduh dalam versi lengkap, 7) diterbitkan tidak melebihi sepuluh tahun terakhir (sebelum 2012). Daftar kriteria inklusi dan eksklusi yang diterapkan pada tinjauan ini tertuang dalam Tabel 1. Literatur yang ditemukan selama pencarian kemudian diidentifikasi dan diperiksa ulang untuk melihat kesesuaian dengan tujuan tinjauan ini dengan cara menganalisis abstrak, desain dan metode penelitian, instrumen pengumpulan data serta teknik analisis guna menentukan apakah masih relevan untuk dapat digunakan dalam tinjauan.

Tabel 1. Kriteria Literatur

Kriteria	Keputusan
Literatur dengan tema yang sama	Disertakan
Berbahasa Indonesia	Disertakan
Menggunakan studi empiris (kuantitatif atau kualitatif)	Disertakan
Merupakan hasil <i>peer-review</i>	Disertakan
Bukan literatur Psikologi	Tidak Disertakan
Literatur tidak dapat diunduh versi lengkap	Tidak Disertakan
Diterbitkan sebelum tahun 2012	Tidak Disertakan

Sebanyak empat jurnal akan ditinjau setelah melalui proses seleksi, yang semuanya merupakan jurnal dengan studi kuantitatif. Setelah melakukan proses identifikasi dengan memilih jurnal sesuai kriteria yang diharapkan, penulis kemudian melanjutkan analisis untuk mengevaluasi kualitas jurnal. Untuk studi kuantitatif kriteria penyaringan yang digunakan mengacu pada (Cummings et al., 2019).

Tinjauan kualitas metodologis yang dilaksanakan dengan cara melakukan evaluasi terhadap desain penelitian, metode sampling, pengukuran atau proses pengumpulan data dan teknik analisis. Hasil tinjauan kualitas dari keempat jurnal yang akan dianalisis tertuang dalam Tabel 2 berikut ini. Keempat jurnal yang digunakan menunjukkan kualitas yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 2. Tinjauan Kualitas Metodologis

Aspek	Jurnal 1	Jurnal 2	Jurnal 3	Jurnal 4
Desain penelitian dapat dilakukan	1	1	1	1
Menggunakan <i>probabilitas sampling</i>	0	1	0	1
<i>Sample size</i> sesuai	1	1	1	1
<i>Sample</i> diambil dari lebih dari satu bagian	1	1	1	1

Kerahasiaan data	1	1	1	1
Tingkat respon > 60%	1	1	1	1
Alat ukur IV <i>reliable</i>	1	1	1	1
Alat ukur IV valid	1	1	1	1
Alat ukur DV <i>reliable</i>	1	1	1	1
Alat ukur DV valid	1	1	1	1
Berpedoman pada kerangka teori	1	1	1	1
Analisis statistik	1	1	1	1
Memperhatikan <i>outlier</i>	1	1	1	1
TOTAL	12	13	12	13
Keterangan:	Rendah : 0-4			
Ya :1	Sedang : 5-9			
Tidak : 0	Tinggi : 10-13			

HASIL PENELITIAN

Setelah membaca dan menganalisis secara mendalam keempat jurnal yang dipilih, beberapa hasil yang telah diperoleh tertuang dalam Tabel 3 di bawah ini. Keempat penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menggunakan variabel kesejahteraan psikologis sebagai salah satu variabel yang diteliti, baik itu sebagai variabel independen maupun sebagai variabel dependen. Konsep kesejahteraan psikologis yang digunakan berlandaskan pada teori yang dikemukakan

oleh Ryff. Instrumen pengukuran pada keempat penelitian tersebut juga sejenis, yaitu melalui skala atau kuesioner dan digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan variabel-variabel lainnya khususnya pada wanita yang bekerja sebagai TNI ataupun Polri sebagai subjek penelitiannya. Beberapa penelitian dengan variabel kesejahteraan psikologis dikaitkan dengan variabel lain seperti konflik peran pekerjaan-keluarga atau konflik peran ganda, kepribadian *hardiness*, persepsi pengembangan karir dan *fear of success*.

Tabel 3. Hasil Temuan

Judul, Penulis, Tahun	Lokasi Penelitian	Sampel	Alat Ukur	Temuan Utama
Hubungan antara Konflik Peran Pekerjaan-Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada Anggota KOWAD Di Kodam IV/Diponegoro Bening Pangastuti dan Dian Ratna Sawitri (2015)	KODAM IV/Diponegoro	Berusia 20-40 tahun, sudah menikah dan memiliki anak, berjumlah 69 orang	Skala Kesejahteraan Psikologis ($\alpha=.93$) dan Skala Konflik Peran Pekerjaan-Keluarga ($\alpha=.94$)	Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro. Jika konflik peran pekerjaan-keluarga meningkat maka kesejahteraan psikologis menurun dan begitu pula sebaliknya. Konflik peran pekerjaan-keluarga memberikan sumbangan efektif sebanyak 46% terhadap kesejahteraan psikologis.
Hubungan antara <i>Hardiness</i> dan Kesejahteraan Psikologis pada Calon Bintara Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD) di Pusat Pendidikan KOWAD Bandung Ausie, Wardani dan Selly (2017)	Pusat Pendidikan KOWAD Bandung	Seluruh calon bintara KOWAD yang mengikuti program pendidikan periode 2016-2017, berjumlah 96 orang	Skala <i>Hardiness</i> ($\alpha=.82$) dan Skala Kesejahteraan Psikologis ($\alpha=.82$)	<i>Hardiness</i> dan Kesejahteraan Psikologis memiliki hubungan yang saling menguatkan. Sehingga, setiap peningkatan kekuatan <i>hardiness</i> , dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya jika kepribadian <i>hardiness</i> berkurang, dapat menurunkan kesejahteraan psikologisnya.
Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier dan <i>Fear Of Success</i> terhadap Kesejahteraan	Mako Polda DIY	137 orang	Skala Kesejahteraan Psikologis, Skala Persepsi Pengembangan	Secara simultan persepsi pengembangan karier dan <i>fear of success</i> berpengaruh secara signifikan pada variabel kesejahteraan psikologis. Persepsi

Psikologis Polisi Wanita di Mapolda DIY			Karier, dan Skala <i>Fear Of Success</i>	pengembangan karir berpengaruh secara positif serta signifikan, sedangkan <i>fear of success</i> berpengaruh secara negatif serta signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.
Estikomah (2018)				
Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dengan Konflik Peran Ganda pada Wanita yang Bekerja sebagai Polisi di Polrestabes Semarang	Polrestabes Semarang	Polwan yang sudah menikah, berjumlah 40 orang	Skala Kesejahteraan Psikologis ($\alpha=.94$) dan Skala Konflik Peran Ganda ($\alpha=.95$)	Terdapat hubungan yang negatif serta signifikan antara kesejahteraan psikologis dan konflik peran ganda. Hal tersebut berarti bahwa jika kesejahteraan psikologis tinggi maka konflik peran ganda menjadi menurun, dan sebaliknya. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan efektif sebanyak 44,9% terhadap konflik peran ganda.
Danang Pramudito Anwar dan Nailul Fauziah (2019)				

PEMBAHASAN

Penelitian pertama yang dilakukan oleh Pangastuti dan Sawitri (2015) menghasilkan tingkat signifikansi korelasi $p = 0,000$ ($p < .001$) yang membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis. Dengan hasil koefisien korelasi sebesar $-.68$ yang berarti arah hubungan dua variabel tersebut adalah negatif, sehingga jika konflik peran pekerjaan-keluarga meningkat maka kesejahteraan psikologis akan menurun dan sebaliknya. Konflik peran pekerjaan-keluarga memberikan sumbangan efektif sebanyak 46% terhadap kesejahteraan psikologis. Sejumlah wanita dengan peran ganda merasa bersalah saat tidak dapat melaksanakan tugas rumah tangga karena terlalu lelah sepulang dari kerja, seperti hanya dapat bermain dengan anak sebelum tidur (Yunita, 2019). Menurut Yunita (2019) salah satu pendukung keberlangsungan hidup keluarga adalah peran istri dalam melayani suami, mengasuh anak, dan mengerjakan tugas rumah tangga lainnya dan jika seorang istri merasa tidak dapat melaksanakan peran tersebut dengan baik, maka dapat berpengaruh pada keharmonisan keluarga. Kondisi seperti ini dapat berpengaruh terhadap tingkat stres yang kemudian juga dapat berpengaruh pada *well-being* wanita dewasa awal dengan peran ganda (Yunita, 2019).

Hasil penelitian yang digambarkan perihal kondisi kesejahteraan psikologis pada wanita yang bekerja sebagai anggota TNI/Polri berdasarkan dari hasil pengukuran dalam jurnal pertama menunjukkan bahwa sebagian besar (71%) termasuk dalam kategori tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Pangastuti dan Sawitri (2015) ini mengambil subjek dengan rentang usia 20-40 tahun yang berada pada dewasa awal, dimana pada usia tersebut dapat dikatakan adanya penyesuaian diri perihal pola kehidupan dan harapan sosial yang baru (Hurlock, 2003). Menurut Hurlock (2003) masa dewasa awal ditandai dengan masa yang produktif, dan cenderung mengalami ketegangan emosional yang disebabkan dari peran baru seperti menjadi istri, orang tua,

pekerja dan penyesuaian diri terhadap masalah yang harus diselesaikan. Hal-hal yang dihadapi pada masa dewasa awal dapat disimpulkan merupakan masa dimana individu sangat mungkin mengalami konflik peran ganda pekerjaan-keluarga (Pangastuti & Sawitri, 2015).

Penelitian yang kedua dari Ausie et al (2018) menghasilkan koefisien korelasi 0,76 dan tingkat signifikansi $p = 0,00$ sehingga dapat dikatakan kedua variabel tersebut berhubungan dan saling menguatkan, yang artinya jika *hardiness* meningkat maka kesejahteraan psikologis juga ikut meningkat dan sebaliknya. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* membuat individu memiliki peluang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dalam situasi yang berat atau di bawah tekanan. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis seseorang (Mabruri; Skomorovsky, dalam Rohi & Setiasih, 2019). *Hardiness* memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis serta mampu menekan kecemasan ataupun depresi sehingga dapat dikatakan *hardiness* menandakan rendahnya kerentanan akan kesejahteraan psikologis yang negative (Rohi & Setiasih, 2019). Menurut Kobasa (dalam Rohi & Setiasih, 2019) *hardiness* bukan merupakan aset yang dimiliki sejak lahir, melainkan dapat dipengaruhi oleh lingkungan, dengan kata lain *hardiness* dapat dilatih dan dikembangkan oleh individu itu sendiri.

Hardiness sebagai faktor internal merupakan hal yang positif karena faktor internal inilah yang dapat berperan dalam pengaturan diri seseorang (Desyandri dalam Rohi & Setiasih, 2019). *Hardiness* merupakan suatu konstelasi kepribadian yang menguntungkan agar dapat menghadapi tekanan-tekanan dalam kehidupan seseorang (Kobasa, dkk., dalam Mabruri, 2009). Individu yang memiliki *hardiness* menunjukkan komitmen yang lebih dalam tindakan yang dilakukan dan berbagai hal lainnya dibandingkan dengan mereka yang tidak (Rohi & Setiasih, 2019). Individu yang memiliki *hardiness* menyukai kerja keras, hal ini dikarenakan mereka dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, dalam

membuat keputusan dan melaksanakannya, mereka memandang hidup ini sebagai sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar bermakna (Mabruri, 2009). Menurut Rohi dan Setiasih (2019) individu dengan *hardiness* juga dianggap memiliki kontrol internal yang baik dalam memandang situasi yang positif maupun negatif, mereka cenderung akan melihat perubahan dan kesulitan dalam hidup sebagai tantangan daripada sebagai sebuah stressor atau pemicu stress, hal ini membuat mereka cenderung dapat beradaptasi dengan lebih baik.

Berikutnya penelitian ketiga dari Estikomah (2018) menunjukkan hasil nilai korelasi *product moment* $r_{xy} = 0,791$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) kemudian untuk hasil uji regresi dengan nilai koefisien regresi = $0,546$ serta signifikansi = $0,000$ ($p < 0,000$) antara variabel persepsi pengembangan karir dengan kesejahteraan psikologis, yang berarti memiliki pengaruh yang positif dan signifikan yang kemudian diketahui sebesar 43,19%. Masih dalam penelitian yang sama, variabel *fear of success* dengan kesejahteraan psikologis memperoleh nilai korelasi *product moment* $r_{xy} = -0,747$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,00$) dan hasil uji regresi dengan nilai koefisien regresi = $-0,296$ dan signifikansi = $0,001$ ($p < 0,001$), dapat dikatakan bahwa *fear of success* berpengaruh secara negatif serta signifikan terhadap kesejahteraan psikologis yang kemudian diketahui sebesar 22,11%. Hasil penelitian secara simultan menunjukkan nilai uji koefisien determinasi didapatkan dari $R^2 = 0,653$ yang berarti sumbangan efektif persepsi pengembangan karir dan *fear of success* terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebanyak 65,3%. Sebagai anggota yang bertahan pada satu instansi tertentu selama bekerja dapat mengalami kondisi yang berpotensi menghambat pekerjaan atau karirnya, hingga memunculkan suatu persepsi dan interpretasi yang buruk terhadap lingkungan tempat kerja mereka (Bosman, dkk., dalam Ramalisa, dkk., 2020). Keadaan seperti ini dapat menjadi pemicu anggota menjadi merasa tidak sejahtera secara psikologis (Ramalisa, dkk., 2020).

Menurut Ramalisa, dkk., (2020) untuk melahirkan mutu sumber daya manusia yang unggul, suatu instansi harus dapat memberikan hak-hak anggotanya sesuai ketentuan agar yang bersangkutan tidak merasa terancam perihal pekerjaan dan kehidupannya. Individu yang merasa telah terpenuhi hak-haknya secara otomatis akan meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Ramalisa, dkk., 2020). Ramalisa, dkk., (2020) menjelaskan keadaan psikologis ketika individu merasa terancam atau dihantui kekhawatiran mengenai keberlangsungan pekerjaannya dimasa yang akan datang merupakan salah satu ciri ketidakamanan kerja. Penurunan tingkat kesejahteraan psikologis dapat disebabkan karena adanya ketidakamanan kerja yang menyebabkan stres di lingkungan kerja (Wichert dalam Ramalisa, dkk., 2020).

Perempuan dituntut untuk dapat tetap produktif baik di tempat kerja maupun di rumah mengurus keluarga secara bersamaan (Yunita, 2019). Hal itu dapat menimbulkan *fear of success* pada diri perempuan yang sudah menikah dan bekerja dikarenakan bertambahnya tanggungjawab yang lebih besar dan harus dilakukan secara bersamaan (Astuti & Soeharto, 2021). Hal tersebut dapat didukung dengan

pendapat Horner (dalam Astuti & Soeharto, 2021) jika kesuksesan dan prestasi merupakan hal yang ada pada sisi maskulin sehingga saat perempuan mencapai kesuksesan, dapat menimbulkan kecemasan dan ketakutan terhadap *social rejection* karena kesuksesan dipandang sebagai hilangnya sisi feminitas. Mengingat aspek-aspek *fear of success* menurut Horner (dalam Astuti & Soeharto, 2021) yang dapat dialami ada tiga, yaitu: 1) *Loss of Femininity*, 2) *Loss of Social Self Esteem*, dan 3) *Social Rejection*. Tindakan menghindari dari kesuksesan memproyeksikan suatu representasi psikologis dari pandangan masyarakat bahwa pencapaian kompetensi, kemandirian, kompetisi, dan prestasi intelektual adalah aspek yang tidak konsisten dengan feminitas melainkan lebih sesuai pada maskulin (Sahrah, dalam Astuti & Soeharto, 2021).

Sedangkan penelitian keempat yang dilakukan oleh Anwar dan Fauziah (2019) sedikit berbeda dari tiga penelitian sebelumnya karena kesejahteraan psikologis dalam penelitian tersebut menjadi variabel independen, hasil analisis regresi sederhana menunjukkan $p = 0,000$ dan $r_{xy} = -0,67$ membuktikan adanya hubungan yang signifikan secara negatif antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda. Artinya jika kesejahteraan psikologis tinggi maka konflik peran ganda akan rendah, dan sebaliknya. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan efektif sebanyak 44,9% terhadap konflik peran ganda yang diketahui dari hasil *R Square* = $0,449$. Hasil pengukuran pada jurnal ini menunjukkan 62,5% kesejahteraan psikologis termasuk dalam kategori tinggi dan 37,5% sangat tinggi. Menurut Sari (2016) seorang ibu dengan kesejahteraan psikologis yang baik dapat berfungsi secara efektif sehingga meringankan konflik peran ganda yang dialaminya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rimbun (2021) menjabarkan adanya beberapa faktor yang turut mempengaruhi hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda, antara lain dari segi usia, lama bekerja serta usia pernikahan.

Wanita yang sudah berkeluarga dan bekerja dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dan sehat dapat dilihat dari kemampuannya dalam mengatur waktu secara baik, mengendalikan diri sendiri dan mengatasi masalah-masalah yang ada di kehidupannya (Papalia, dalam Rimbun, 2021). Ryff (dalam Sari, 2016) mengungkapkan seseorang yang jiwanya sejahtera tergambar dari seberapa positif dirinya menjalani serta menghayati fungsi-fungsi psikologisnya. Seseorang dengan jiwa yang sejahtera tidak hanya sekedar bebas dari masalah atau tekanan psikis, namun juga menilai dirinya secara positif yang mampu bertindak mandiri dan tidak mudah dipengaruhi oleh lingkungan (Sari, 2016). Kesejahteraan psikologis yang dirasakan seseorang dapat mengurangi konflik peran ganda yang dirasakannya, hal ini dikarenakan kesejahteraan psikologis memainkan peranan penting dalam proses konflik peran yang dirasakan saat bekerja baik di luar rumah sebagai wanita karir maupun di dalam rumah sebagai seorang istri dan ibu (Sari, 2016).

Jurnal pertama menunjukkan konflik peran yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis prajurit TNI wanita. Sedangkan berdasarkan jurnal keempat kesejahteraan

psikologis dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap konflik peran. Dari sini terlihat adanya perbedaan mengenai hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran pekerjaan-keluarga atau konflik peran ganda yang saling mempengaruhi satu sama lain. Dikatakan dari penelitian Pangastuti dan Sawitri (2015) bahwasannya konflik peran pekerjaan-keluarga mempengaruhi kesejahteraan psikologis, sedangkan hasil penelitian Anwar dan Fauziah (2019) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mempengaruhi konflik peran ganda.

Perbedaan posisi variabel kesejahteraan psikologis sebagai variabel independen dan dependen disini menunjukkan bahwasanya kesejahteraan psikologi dapat memberikan pengaruh maupun dipengaruhi. Namun berdasarkan penelitian ini, lebih menunjukkan keterikatan atau hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda, meski variabel lain tidak dapat diabaikan begitu saja. Konflik peran ganda dapat dialami oleh wanita yang bekerja terutama saat dihadapkan dengan situasi yang rumit (Komang & Mustiyana, 2021). Wanita yang bekerja cenderung akan ditempatkan pada posisi harus memilih antara kepentingan keluarga dengan kebutuhan untuk bekerja (Lumbangaol & Ratnaningsih, 2018). Terkait dengan penelitian ini maka anggota TNI/Polri wanita dapat mengalami hal serupa mengingat tugas dan tanggung jawab TNI/Polri adalah hal yang besar.

KESIMPULAN

Dari hasil keempat jurnal yang telah dianalisis tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki hubungan negatif dengan konflik peran ganda/pekerjaan-keluarga dan hubungan positif dengan kepribadian *hardiness*, serta dapat dipengaruhi secara positif oleh persepsi pengembangan karir dan dipengaruhi secara negatif oleh *fear of success*. Tinjauan literatur ini masih memiliki keterbatasan, seperti hanya bersumber dari satu *e-database* dikarenakan terbatasnya jurnal dengan tema yang serupa.

Rekomendasi bagi penulis selanjutnya dapat lebih memperluas kriteria subjek tidak hanya terbatas di Indonesia saja sehingga dapat menganalisis jurnal internasional. Tinjauan literatur ini diharapkan dapat memperluas wawasan pembaca tentang kesejahteraan psikologis khususnya pada wanita yang bekerja sebagai anggota TNI/Polri. Bagi pimpinan TNI/Polri agar konsisten memberikan perhatian kepada anggota wanita agar kesejahteraan psikologis tetap terjaga dan dapat memberikan kontribusi yang maksimal kepada instansi. Saran bagi anggota TNI/Polri wanita agar tetap berusaha untuk menjaga stabilitas kesejahteraan psikologisnya sehingga dapat memberikan kontribusi maksimal kepada instansi dengan memperhatikan aspek-aspek atau indikator pada kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

Antin, T. M. J., Hunt, G., & Sanders, E. (2018). The "here and now" of youth: The meanings of smoking for sexual and gender minority youth. *Harm Reduction Journal*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12954-018-0236-8>

- Anwar, D. P., & Fauziah, N. (2019). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Yang Bekerja Sebagai Polisi Di Polrestabes Semarang. *Empati*, 8(1), 105–110.
- Apsaryanthi, N., & Lestari, M. (2017). Perbedaan Tingkat Psychological Well-Being pada Ibu Rumah Tangga dengan Ibu Bekerja di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 110–118.
- Astuti, Zuhdi & Soeharto, Triana Noor Edwina Dewayani. (2021). Konflik Pekerjaan Keluarga dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Fear of Success. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 10(1), 52-60.
- Ausie, R. K., Wardani, R., & Selly, S. (2018). Hubungan antara hardiness dan kesejahteraan psikologis pada calon bintanga Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD) di Pusat Pendidikan KOWAD Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(3), 209. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i3.758>
- Coltrane, S. (2000). *Gender and families*. Altamira Press.
- Cummings, G., Tate, K., Hewko, S., McLane, P., Baxter, P., Perry, K., Armijo-Olivo, S., Estabrooks, S., & Gordon, D. (2019). Learning to lead: A review and synthesis of literature examining health care managers' use of knowledge. *Journal of Health Services Research and Policy*, 24(1), 57–70.
- Estikomah. (2018). Pengaruh persepsi pengembangan karier dan fear of success terhadap kesejahteraan psikologis polisi wanita di Mapolda DIY. *Jurnal Studi Keislaman.*, 4(2), 221–246. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/4645>
- Estikomah, & Sahrah, A. (2019). Pengaruh persepsi pengembangan karier terhadap kesejahteraan psikologis polisi wanita di Mapolda DIY. *Prosiding Seminar Nasional Pakar, Prosiding Seminar Nasional Pakar 2019 buku II*, 2.3-1-2.3-7. <http://www.trijurnal.lemilit.trisakti.ac.id/pakar/article/view/4234>
- Ferrante, M. (2018, April 14). The Pressure is real for Working Mother. *Forbes Women*, p. Daring.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Psikologi*. Salemba Humanika.
- Hurlock, B. E. (2003). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Edisi ke-5. Jakarta : Erlangga.
- Khairina, K., & Sahrah, A. (2021). Dukungan sosial terhadap subjective well-being pada wanita TNI angkatan udara. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*, 403–407. <https://semnaslppm.ump.ac.id/index.php/semnaslppm/article/view/181>
- Komang, N., & Mustiyana, F. (2021). Pengaruh konflik peran ganda dan stress kerja terhadap kinerja perawat. *Journal Satyagraha*, 04(01), 47–64.
- Lumbangaol, E. E., & Ratnaningsih, I. Z. (2018). Hubungan antara konflik pekerjaan-keluarga dan kesejahteraan psikologis pada wartawan radio. *Empati*, 7(1), 221–226.
- Masita, T. S., Delyara, D., Fernando, L., Himmawan, G., & Claudianty, G. (2019). Work-family conflict dan work-life balance pada prajurit wanita TNI AL di Surabaya. *Jurnal Fenomena*, 28(1), 39–44.
- Mabruri, M. I. (2009). Hubungan antara kepribadian tangguh dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada korban bencana alam di Yogyakarta. *Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2).
- Kemenpppa. (2022, April). Menteri PPPA Dorong Kesetaraan Perempuan Di Militer. Diambil dari: <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/3865/menteri-pppa-dorong-kesetaraan-perempuan-di-militer#:~:text=Berdasarkan%20hasil%20rekapitulasi%20Prajurit%20TNI,dari%20total%20seluruh%20Prajurit%20TNI>.
- Moenadjat, Y., Kekalih, A., Friska, D., Widyahening, I. S., & Lalisang, T. J. (2020). *Penelitian beda seri 1: Penelitian berbasis bukti*. Universitas Indonesia Publishing.
- Nevid, J., & Rathus, S. (2016). *Psychology and The Challenges of Life: Adjustment and Growth* (13th ed.). Hoboken.
- Pangastuti, B., & Sawitri, D. R. (2015). Hubungan antara konflik peran pekerjaan-keluarga Kowad Di Kodam IV / Diponegoro. *Jurnal Empati*, 4(2), 203–208.
- Purwanto, A.B., & Sahrah A. (2020). Resiliensi Dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Polisi Lalu Lintas. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 9(3), 260–266.
- Purwanto, Dian. (2022, Agustus.) Janji Polri Upayakan Jumlah Polwan Ideal Mencapai 30 Persen. *PolriNews*. Diambil dari: <https://polrinews.com/2022/08/03/janji-polri-upayakan-jumlah-polwan-ideal-mencapai-30-persen/ tanggal 04 Januari 2023>.
- Ramalisa., Marpaung, W., & Manurung, Y. (2020). Kesejahteraan psikologis

- ditinjau dari ketidakamanan kerja pada karyawan kontrak PT. Bank Rakyat Indonesia, Tbk Cabang Medan Thamrin. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 9(1), 31-37.
- Rimbun, Chintya Mustika. (2021). Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dengan Konflik Peran Ganda pada Wanita Bekerja di Kota Makassar. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar.
- Rohi, Milka Malva, & Setiasih. (2019). Hubungan Ketangguhan dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perempuan yang Merantau dari Luar Provinsi Jawa Timur. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 7(2), 3738-3751.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2002). From Social Structure To Biology: Integrative Science In Pursuit Of Human Health And Well-Being. *Handbook Of Positive Psychology*, 541-553.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sari, N. K. (2016). Hubungan Psychological Well Being Dengan Konflik Peran Ganda Pada Karyawati Yang Bekerja Di Bank Kaltim Kota Samarinda. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Sitorus, Pesta G., Rahayu, Anizar., & Wardhani. N.Y. (2022). Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Suami Hubungannya Dengan Kesejahteraan Subjektif Polwan Yang Sudah Menikah. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 7 (1), 125-134.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfa Beta.
- Setiawan, H., & Budiningsih, T.E. (2014). Psychological Well-Being Pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang. *Educational Psychology Journal*, 3 (1), 8-14.
- Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2002 Tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia, Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2002 Nomor 2.
- Undang-Undang Nomor 34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 127 Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4439.
- Unger, R., & Crawford, M. (1992). *Women and gender: A feminist psychology*. New Jersey: McGraw Hill, Inc.
- Wulandari, S. S., & Wardani, L. M. (2021). *Employee well-being hubungannya dengan psychological capital dan work engagement*. Penerbit NEM.
- Yulishatin, E. (2008). *Bekerja sebagai polisi*. Jakarta: Erlangga.
- Yunita, Mutiara Mirah. (2019). Hubungan Psychological Capital Dengan Kebahagiaan Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Konflik Peran Ganda. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 8(1), 29-36.