

## Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Suami Hubungannya Dengan Kesejahteraan Subjektif Polwan Yang Sudah Menikah

Pesta Gresela Sitorus<sup>1</sup>, Anizar Rahayu<sup>2</sup>, Nugaan Yulia Wardhani<sup>3</sup>  
Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta<sup>1</sup>  
Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta<sup>2</sup>  
Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta<sup>3</sup>  
E-mail: [pestagreselasitorus@gmail.com](mailto:pestagreselasitorus@gmail.com)<sup>1</sup>, [anizar.rahayu@upi-yai.ac.id](mailto:anizar.rahayu@upi-yai.ac.id)<sup>2</sup>,  
[nugaanyws@gmail.com](mailto:nugaanyws@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan Konflik Peran ganda dan Dukungan Suami dengan Kesejahteraan Subjektif polisi wanita yang sudah menikah. Variabel dalam penelitian ini adalah kesejahteraan subjektif, konflik peran ganda dan dukungan suami. Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah polwan yang sudah menikah yang berdinasi di Polres X dengan populasi berjumlah 130 orang, adapun teknik *sampling* menggunakan teknik *sampling* jenuh yaitu menggunakan seluruh populasi. Peneliti menggunakan 3 skala sebagai alat ukur, yaitu : skala kesejahteraan subjektif, skala konflik peran ganda dan skala dukungan suami. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif dengan  $r = - 0.732$  dan  $P = 0.000$  ( $p < 0,05$ ). Ada hubungan positif signifikan antara dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif dengan  $r = 0.744$  dan  $p = 0.000 < 0.005$ . Selanjutnya ada hubungan yang signifikan antara konflik peran ganda dan dukungan suami secara bersama-sama dengan kesejahteraan subjektif sebesar R Square ( $R^2$ ) = 0.653 dan  $p = 0.000 < 0,05$ . Kontribusi konflik peran ganda dan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif sebesar 65,3%.

**Kata Kunci : Konflik Peran Ganda, Dukungan Suami, Kesejahteraan Subjektif, Polisi Wanita**

### ABSTRACT

*This study is a quantitative study that aims to determine the relationship between work-family conflict and the husband's support for the subjective well-being of married female police officers. The variables in this study were subjective well-being, work-family conflict, and husband's support. The subjects involved in this study were married policewomen who served in Polres X with a population of 130 people, while the sampling technique used a saturated sampling technique, which used the entire population. Researchers used 3 scales as a measuring tool, namely: subjective well-being scale work-family conflict scale, and husband's support scale. The results of this study indicate that there is a significant negative relationship between work-family conflict and subjective well-being with  $r = - 0.732$  and  $P = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). There is a significant positive relationship between husband's support and subjective well-being with  $r = 0.744$  and  $p = 0.000 < 0.005$ . Furthermore, there is a significant relationship between work-family conflict and husband's support together with subjective well-being of R Square ( $R^2$ ) = 0.653 and  $p = 0.000 < 0.05$ . The contribution of work-family conflict and husband's support to subjective well-being is 65.3%.*

**Keywords: Work-Family Conflict, Husband's Support, Subjective Well-being, Policewomen**

## 1. PENDAHULUAN

Ada beragam pilihan pekerjaan untuk perempuan, salah satunya adalah menjadi Polisi wanita (Polwan). Polwan merupakan sebutan bagi jabatan atau profesi bagi wanita yang berprofesi sebagai polisi yang tugasnya mengabdikan diri sebagai alat negara, memberi perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat. Sampai saat ini Polwan di Indonesia berjumlah 24.722 personel, dari segi kepangkatan, Ramadhan (2021) menjelaskan saat ini ada 19.830 Polwan yang berpangkat Bintara, 3.412 lainnya berpangkat Perwira Pertama (Pama), dan 1.477 personel berpangkat Perwira Menengah (Pamen), dan sementara ada tiga personel polwan yang berpangkat Brigadir Jenderal. Tiga polwan yang memiliki pangkat Brigadir Jenderal tersebut menduduki jabatan penting seperti Wakapolda hingga pejabat utama di Mabes Polri, ujar Kabag Penum Divisi Humas Polri Kombes Ahmad Ramadhan kepada wartawan *news.detik.com*, Selasa(16/11/2021).

Polisi wanita (Polwan) memiliki tugas dan tanggung jawab yang sama dengan polisi laki laki sesuai dengan Undang-undang No. 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia. Undang-undang No. 2a Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia dijelaskan bahwa fungsi kepolisian diantaranya adalah tugas di bidang pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat, penegakan hukum, perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat. Selain itu di dalam Undang-undang Kepolisian No.42 Tahun 2002 juga dijelaskan bahwa visi Polri yaitu Polri mampu menjadi pelindung, pengayom dan pelayan masyarakat, serta sebagai aparat penegak hukum yang profesional dan proporsional yang selalu menjunjung tinggi hak asasi manusia, pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat, serta mewujudkan keamanan dalam negeri sehingga menciptakan kehidupan nasional yang demokratis dan masyarakat yang aman

dan sejahtera. Sebagai tugas pokok sebagai anggota Polri yaitu memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat (Andriani, 2020). Polwan termasuk perempuan karir. Perempuan karir adalah wanita yang bekerja, memiliki profesi dan mandiri secara finansial. Perempuan karir identik dengan perempuan pintar dan modern, bisa bekerja pada orang lain atau memiliki usaha sendiri, termasuk bidang usaha, perkantoran, dan lain-lain. Dilandasi pendidikan, keterampilan, dan keahlian yang dimiliki perempuan dapat mencapai suatu kemajuan dalam hidup, pekerjaan atau jabatan (Utaminingsih, 2017).

Menurut Oetomo (2014), perempuan karir adalah mereka yang memiliki aktivitas di luar kodratnya sebagai perempuan. Kodrat perempuan meliputi tugas domestik, seperti melahirkan, mengurus anak dan berbagai tugas-tugas rumah tangga lainnya, sedangkan perempuan karir biasanya bekerja di luar rumah. Semua pekerjaan di luar rumah bagi wanita karir dapat mendatangkan kepuasan secara moral maupun material. Kegiatan yang mereka lakukan di luar rumah adalah kegiatan yang serius, bukan sekedar *kelling time*. Hal ini terlihat dari waktu yang mereka habiskan seringkali lebih banyak untuk melakukan aktivitas pekerjaan di luar rumah daripada untuk pekerjaan rumah tangga. Bila di era RA Kartini perempuan diidentikkan dengan urusan dapur dan urusan anak, kini perjuangan RA Kartini dalam emansipasi wanita mulai terlihat, banyak perempuan Indonesia mulai memiliki posisi penting seperti di perusahaan, pemerintahan dan juga di dewan legislatif. Perempuan di zaman modern tidak lagi membatasi perannya hanya sebagai ibu rumah tangga saja, melainkan banyak dari mereka yang bekerja secara aktif di luar rumah. Perempuan tidak hanya mengurus anak, mengurus suami ataupun mengerjakan pekerjaan rumah, namun banyak juga yang meraih karirnya di luar rumah,

dengan tetap melakukan kewajibannya sebagai istri, ibu dan anggota keluarga.

Menurut Anwar (2019) Seorang perempuan yang sudah menikah, memiliki dua pilihan yaitu sepenuhnya sebagai ibu rumah tangga dan fokus mengurus rumah tangga atau ikut serta dalam membantu perekonomian keluarga dengan bekerja di luar rumah. Saat ini banyak ditemui perempuan yang bekerja, alasannya adalah selain untuk menambah penghasilan keluarga, juga untuk mengisi waktu luang, menghindari rasa jenuh dan adanya faktor psikologis lainnya seperti menghindari perasaan ketergantungan pada suami, ketidakpuasan dalam pernikahan, mempunyai minat atau keahlian tertentu yang ingin dimanfaatkan dan untuk memperoleh status demi pengembangan diri. Keuntungan bagi perempuan yang bekerja adalah dapat meningkatkan kemandirian dan kepercayaan dirinya (Diana, 1991). Barnett & Hyde (Betz, 2004) menambahkan keuntungan yang bisa didapatkan oleh perempuan bekerja dari peranannya yang beragam adalah mampu meningkatkan kesejahteraan keluarganya, kemandirian, kepercayaan diri, *selfesteem*, kepuasan hidup dan kebahagiaan yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan. Namun demikian perempuan yang bekerja juga dapat berdampak negatif terhadap pengasuhan anak-anaknya (Santrock, edisi 13 jilid 1;298).

Seorang Polwan dengan status sudah menikah, serta memiliki peran ganda yaitu sebagai Polwan dan ibu rumah tangga. Polwan yang memiliki jam kerja yang terikat, lebih rentan mengalami konflik peran ganda dari pada perempuan menikah yang bekerja sebagai wirausaha yang memiliki jam kerja tidak terikat. Perempuan menikah yang bekerja sebagai wirausaha dengan jam kerja yang tidak terikat akan lebih mudah menyesuaikan dengan waktu yang mereka miliki, maka lebih mudah menyesuaikan kapan melakukan pekerjaan sebagai wirausaha dan kapan mengurus keluarga. Sedangkan pada

perempuan menikah yang bekerja sebagai Polwan tidak mudah menyesuaikan waktu antara bekerja dan mengurus keluarganya karena jam kerja mereka lebih terikat dan sewaktu-waktu bisa mendapatkan perintah dari atasannya karena ada tugas penting yang harus diselesaikan segera. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Sorongan, dkk. (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa perempuan menikah yang bekerja sebagai karyawan akan lebih rentan mengalami konflik peran ganda dari pada perempuan menikah yang berwirausaha. Anggota Polwan yang sudah berumah tangga, dituntut dapat menjalankan perannya sebagai seorang istri, ibu dan anggota keluarga, dan disisi lain mereka juga dituntut untuk tetap mengembangkan sikap-sikap dan menerima tanggung jawab sebagai Polwan, hal ini sangat rentan menimbulkan konflik peran ganda, yang sangat berpotensi menurunkan kebahagiaan atau kesejahteraan subjektif mereka.

Kebahagiaan merupakan hal yang sangat penting dalam hidup, karena dengan kebahagiaan setiap individu dapat merasakan kehidupan yang nyaman. Kebahagiaan merupakan dambaan setiap individu dalam hidupnya, namun setiap individu memiliki pandangan, makna, dan penghayatan yang berbeda atas kebahagiaan tersebut. Menurut Luthans (2006), kebahagiaan juga dikenal dengan kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif terkait dengan rasa puas seseorang akan kondisi hidupnya. kesejahteraan subjektif menyangkut evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap kehidupannya (Tarigan, 2018). Menurut Diener (1999), terdapat tiga komponen dasar kesejahteraan subjektif yaitu, komponen kepuasan hidup, komponen afeksi positif dan komponen afeksi negatif. Komponen kepuasan hidup, secara umum dapat dibedakan dalam berbagai domain kehidupan seperti rekreasi, cinta, pernikahan dan

persahabatan. Komponen afeksi positif dapat dibedakan menjadi kegembiraan, afeksi dan penghargaan. Komponen afeksi negatif dapat dibedakan menjadi malu, bersalah, sedih dan cemas. Menurut Diener, Suh, dan Oishi (1997), individu dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan subjektif tinggi jika individu merasakan kepuasan dalam hidup, sering merasakan emosi positif seperti kebahagiaan dan kasih sayang serta jarang merasakan emosi negatif seperti kesedihan dan amarah. Sebaliknya, individu memiliki kesejahteraan subjektif rendah, jika individu merasa tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit sukacita dan kasih sayang serta sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan (dalam Khairina & Sahrah, 2020). Menurut Diener (2000), perasaan subjektif akan kesejahteraan atau kesejahteraan subjektif, merupakan penilaian seseorang akan kehidupannya (Papalia, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa polwan yang bertugas di Polres X tanggal 23 Mei 2022 dapat disimpulkan bahwa anggota polwan memiliki aturan-aturan wajib seperti apel pukul 07.00 pagi dan waktu pulang jam 04.00 sore tetapi ketika pekerjaan belum selesai mereka akan melanjutkan pekerjaan hingga selesai, sering ditugaskan ke luar kota untuk urusan dinas, bersedia lembur guna menyelesaikan pekerjaannya, siap diperintahkan sewaktu-waktu dalam kondisi apapun dan harus selalu siap untuk diterjunkan langsung melakukan pengamanan, seperti tugas polisi laki-laki. Sebagian anggota Polwan yang sudah menikah selain memiliki tuntutan tanggung jawab di keluarga juga harus menyelesaikan tugas-tugas di kantor yang dapat menghabiskan banyak waktu, sehingga anak-anak dan keluarga kekurangan waktu yang berkualitas. Profesi sebagai Polwan memiliki beban yang lebih berat dibandingkan dengan ASN perempuan karena anggota Polwan dituntut selalu siap dalam kondisi apapun ketika

mendapatkan perintah dari atasan, hal tersebut memicu tekanan psikologis, kognitif dan afektif yang sering memicu rendahnya kesejahteraan subjektif mereka.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif adalah konflik peran ganda. Hal ini searah dengan pendapat Duxburry, L. dan C. Higgins (1998) (dalam Esther, dkk 2016), konflik peran ganda menciptakan kondisi psikologis, kinerja profesional dan kualitas hidup yang buruk, selain itu emosional yang rendah, penurunan kognitif dan kualitas hidup yang buruk adalah tanda-tanda menurunnya kesejahteraan subjektif. Diener, dkk (1998) menemukan bahwa konflik adalah prediktor yang lebih kuat dari menurunnya Kesejahteraan subjektif. Pernyataan diatas didukung penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Rositawati (2022) yang menemukan adanya hubungan *negative work-family conflict* dengan *subjective well-being* (komponen kognitif) pada karyawan bank Jawa Barat dan Banten divisi kredit konsumen Kota Bandung..

Konflik menurut Robbins (2002) adalah suatu proses ketika salah satu pihak merasakan bahwa pihak lain telah atau akan mempengaruhi secara negatif pihak lain. Jadi konflik adalah kondisi yang dipersepsikan oleh dua pihak atau lebih yang merasakan adanya ketidaksesuaian antara tujuan dan peluang untuk menghambat pencapaian tujuan pihak lain. Adapun konflik peran ganda, didefinisikan sebagai konflik yang muncul karena adanya permasalahan yang disebabkan terganggunya area pekerjaan dan kepentingan keluarga. Konflik peran ganda yang dialami perempuan menikah yang bekerja terjadi karena adanya ketidakcocokan antara harapan, tuntutan, serta tekanan di rumah dan di tempat bekerja (Sawhney, Asnani, & Pandey, 2004). Selain itu, Asnani dkk (2004) juga menyatakan bahwa konflik peran ganda terjadi karena ada tuntutan yang bersamaan waktunya dari peran yang berbeda. Gutek dkk (Indriani &

Sugiasih, 2016) menjelaskan bahwa konflik peran ganda terjadi ketika ada dua komponen, yaitu urusan keluarga yang mengganggu pekerjaan di jam kerja (misalnya banyaknya waktu yang digunakan untuk menjalankan tugas rumah tangga yang dapat mengganggu pekerjaan di luar rumah) atau urusan pekerjaan di luar rumah yang mengganggu tugas ibu dalam mengurus dan merawat anggota keluarganya. Menurut Gregson dan Auno (Handayani, 2011), konflik peran ganda merupakan ketidaksesuaian harapan yang berkaitan dengan peran sekaligus. Konflik peran ganda terjadi apabila seseorang dihadapkan pada situasi dimana seseorang tidak dapat melakukan dua atau lebih peran. Seseorang dapat melakukan peran yang satu tapi menghalangi peran yang lain. Salah satu konsekuensi paling umum dari konflik peran ganda adalah kesejahteraan subjektif yang menurun. Greenhaus dan Beutell (1985) menjelaskan bahwa konflik peran ganda muncul ketika waktu yang digunakan untuk memenuhi suatu peran menghambat pemenuhan peran yang lain, yang kedua tuntutan tersebut mengarah pada ketegangan, kelelahan dan sikap mudah marah yang akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menjalankan peran lainnya, yang ketiga adanya tuntutan berperilaku di suatu peran yang bertentangan dengan harapan berperilaku di peran yang lain. Ketiga kondisi ini dapat menghambat seseorang untuk mengatur perilakunya sesuai yang diharapkan sehingga dapat menyebabkan kesejahteraan subjektifnya menurun.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif bagi perempuan bekerja yang sudah menikah adalah adanya dukungan sosial menurut Diener, dkk (1999). Menurut Sarafino (1998) dukungan sosial dapat diperoleh dari bermacam-macam sumber seperti suami, istri, keluarga, teman rekan kerja, dan organisasi kemasyarakatan. Untuk mencapai kesejahteraan subjektif yang tinggi, seorang perempuan yang bekerja dan

berumah tangga membutuhkan dukungan sosial dari keluarga terutama suaminya. Dukungan sosial dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang dapat memberikan pemenuhan akan kesejahteraan seseorang (Christie, 2013). Menurut Taylor, Peplau dan Sears (2000) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku, serta materi yang didapat dari hubungan sosial yang dapat membuat seseorang merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai. Dukungan sosial dapat berasal dari pasangan hidup (suami/istri), anggota keluarga, teman-teman, komunitas, orang dari gereja, serta rekan kerja (Rahayu, 2015). Smet (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non-verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan untuk menjalin ikatan-ikatan sosial yang mempunyai manfaat emosional bagi pihak penerima. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal. Dukungan sosial menunjuk pada hubungan interpersonal yang dapat melindungi orang-orang terhadap dampak negatif dari stress. Menurut Rodin dan Salovey (1989) perkawinan (suami/istri) dan keluarga merupakan dukungan sosial yang paling penting. Dukungan sosial mengacu pada bantuan emosional, instrumental dan finansial yang diperoleh dari hubungan sosial seseorang. Dukungan sosial yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang bersumber dari suami dan untuk selanjutnya akan disebut dengan dukungan suami.

Suami merupakan sumber dukungan yang sangat penting untuk mencapai kesejahteraan subjektif bagi istri yang bekerja. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Malhotra (2005), menunjukkan pentingnya dukungan keluarga terutama dari suami terhadap perempuan yang menjalani peran ganda dalam menghindari terjadinya konflik peran sehingga individu mampu merasa sejahtera. Dukungan suami yang

diperlukan dapat berupa pembagian kerja yang tepat dalam tugas rumah tangga dan tanggung jawab membesarkan anak serta dukungan yang dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat di rumah maupun di tempat kerja. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga terutama yang didapatkan dari suami dapat mengurangi tekanan pada istri yang bekerja, karenanya dukungan suami menjadi penting bagi kesejahteraan subjektif istri. Putrianti (2007) dalam penelitiannya mengatakan bahwa suami yang mendukung dan membantu pekerjaan istrinya dalam mengurus rumah tangga sehari-hari, istri akan lebih mendapatkan kepuasan, kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya. Apabila ibu mendapatkan dukungan suami dalam menghadapi tekanan maupun hambatan dalam pekerjaannya baik di dalam maupun di luar rumah, ibu akan mencapai kesejahteraan subjektif yang baik (dalam Indriani & Sugiasih, 2016).

Hanya saja tidak semua Polwan yang berdinis di Polres X merasa memperoleh dukungan dari suami, tugas dan kewajiban ibu rumah tangga dan juga sebagai perempuan karir seringkali dirasa membawa tekanan secara psikologis, fisik maupun sosial. Hal tersebut berpotensi menurunkan kualitas kesejahteraan subjektif yang mereka rasakan.

Berdasarkan permasalahan yang diatas, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara empiris apakah :

- a. Ada hubungan konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah.
- b. Ada hubungan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah.
- c. Ada hubungan konflik peran ganda dan hubungan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah.

## 2. LANDASAN TEORI

### Kesejahteraan Subjektif

kesejahteraan subjektif adalah penilaian seseorang terhadap kualitas hidupnya yang mencakup kepuasan pada pengalaman hidup yang menyenangkan dan tidak menyenangkan sehingga menghasilkan respon emosi positif maupun negatif. Menurut Diener, dkk (2003) kesejahteraan subjektif merupakan salah satu ukuran kualitas hidup individu dan masyarakat. Menurut Boniwell (Adina dan miftahun, 2019) istilah kesejahteraan subjektif digunakan untuk menyebutkan kebahagiaan. Menurut Diener, dkk (2003) kesejahteraan subjektif diartikan sebagai kebahagiaan secara utuh yang diperoleh individu dari evaluasi kognitif dan afektif pada seluruh aspek kehidupan. Kesejahteraan subjektif dapat dinilai dari masing-masing individu, baik secara kognitif maupun secara efektif terhadap kualitas kehidupannya ataupun dalam keseluruhan aspek dalam kehidupannya. Menurut Keyes (2002) kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi kehidupan dalam kepuasan dan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif dengan melibatkan persepsi.

Menurut Diener, dkk 1999 ada dua dimensi kesejahteraan subjektif, yaitu :

- a. Dimensi kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup. Kepuasan hidup (*life satisfaction*) merupakan bagian dari dimensi kognitif dari kesejahteraan subjektif. Evaluasi terhadap kepuasan hidup dapat dibagi menjadi: evaluasi terhadap kepuasan hidup secara global (*life satisfaction*), dan evaluasi terhadap kepuasan pada domain tertentu.
- b. Dimensi afektif, kesejahteraan subjektif adalah afek, di mana di dalamnya termasuk mood dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Afek positif meliputi simptom-simptom antusiasme, keceriaan, dan kebahagiaan hidup. Sedangkan afek negatif merupakan kehadiran simptom yang menyatakan bahwa hidup tidak menyenangkan meliputi malu, rasa bersalah, tidak berharga, tertekan dan cemas.

Ed Diener, dkk (1999) memaparkan bahwa kesejahteraan subjektif dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya :

- a. Harga diri positif, merupakan prediktor yang menentukan kesejahteraan subjektif.

- b. Ekstraversi Individu, orang-orang dengan kepribadian ekstrasvert biasanya memiliki teman dan relasi sosial yang lebih banyak, mereka memiliki sensitivitas yang lebih besar mengenai penghargaan positif pada orang lain.
- c. Optimis, kesejahteraan subjektif akan tercipta bila sikap optimis yang dimiliki oleh individu bersifat realistis.
- d. Relasi sosial yang positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial dan keintiman emosional.
- e. Memiliki arti dan tujuan dalam hidup.
- f. Konflik, dapat merusak hubungan. permasalahan atau konflik merupakan kejadian negatif dalam hidup yang akan menurunkan kognitif dan emosional seseorang. Penurunan kognitif dan emosional adalah tanda-tanda menurunnya kesejahteraan subjektif seseorang.
- g. Pendapatan, tujuan materialistik berpengaruh langsung pada kesejahteraan subjektif.
- h. Agama, memberikan manfaat psikologis dan sosial.
- i. Status Pernikahan, orang-orang yang menikah lebih bahagia daripada orang-orang yang tidak menikah, bercerai dan menjanda.
- j. Usia, orang yang lebih muda akan lebih bahagia.
- k. Jenis Kelamin, laki-laki lebih bahagia daripada wanita akan tetapi perbedaan keduanya sangat kecil.
- l. Semangat Kerja/Kepuasan, pekerjaan berkaitan dengan kesejahteraan subjektif karena pekerjaan memberikan tingkat paling tinggi dalam menstimulasi kesenangan.
- m. Pendidikan, berkontribusi pada kesejahteraan subjektif
- n. Intelegensi, tidak memiliki kaitan yang besar dengan kebahagiaan, kecuali ketika intelegensinya cukup rendah untuk mencegah keberhasilan dalam bidang ekonomi.

### Konflik Peran Ganda

konflik peran ganda adalah konflik yang terjadi tuntutan peran yang satu dan peran lain yang tidak sesuai, contoh tanggung jawab pekerjaan mengganggu kehidupan rumah tangga atau sebaliknya, yang disebabkan oleh harapan kedua peran yang berbeda. Menurut Armstrong et al (Ginanjar,dkk 2020) konflik peran ganda

merupakan bentuk dari konflik peran yang terjadi akibat tekanan domain pekerjaan dan domain keluarga yang bertolak belakang, sehingga salah satu peran dapat dijalankan dengan baik tetapi peran lainnya terbengkalai. Konflik peran ganda dapat terjadi karena adanya tuntutan dan tekanan dari pekerjaan dan keluarga. Seseorang dapat terhambat pemenuhan tanggung jawab dari kedua peran yang terlibat, sehingga dapat menyebabkan ketegangan yang dapat menyebar dari keluarga ke pekerjaan atau sebaliknya.

Menurut Greenhaus dan Beutell (1985), menjelaskan bahwa ada tiga dimensi dari konflik peran ganda yaitu :

- a. *Time-Based Conflict*, ialah konflik yang disebabkan oleh tekanan waktu ketika waktu yang dimiliki dicurahkan untuk memenuhi satu peran tertentu yang mengakibatkan kesulitan untuk memenuhi peran yang lain.
- b. *Stain-Based Conflict*, ialah konflik yang disebabkan oleh ketegangan atau tekanan dari suatu peran yang dapat mengganggu partisipasi dalam peran yang lain.
- c. *Behaviour-Based Conflict*, ialah kesulitan dalam perubahan perilaku dari satu peran ke peran lain.

### Dukungan Suami

Dukungan suami adalah salah satu dari dukungan sosial yang diterima istri dari suami yang menunjukkan bahwa suami mencintai, memperhatikan, menghargai dan menghormati dirinya yang dapat membantu istri dalam mengendalikan stres, meningkatkan kesehatan fisik, meningkatkan produktifitas dan kesejahteraan psikologisnya. Menurut Sarafino (dalam Smet, 2019) dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan seseorang sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok.

House (Winnubst dkk, 1988; Sarafino, 1990) dalam Smet (2019;136) membedakan empat jenis aspek-aspek dukungan sosial yaitu :

- a. Dukungan Emosional, yaitu bentuk dukungan yang berupa perilaku bantuan dalam bentuk sikap empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu

- tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan.
- b. Dukungan Penghargaan, yaitu bentuk dukungan berupa pernyataan setuju dan ungkapan hormat (penghargaan) positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.
  - c. Dukungan Instrumental, yaitu bentuk dukungan berupa bantuan langsung, seperti bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan pekerjaan atau tugas-tugas tertentu.
  - d. Dukungan Informatif, dukungan yang bersifat informasi dapat berupa nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Greenglass, et al. (2006) menguraikan bahwa dukungan suami merupakan kemampuan suami untuk membantu istri agar lebih aktif dalam menyelesaikan masalahnya, bantuan yang diberikan dapat berupa informasi, nasehat atau sesuatu yang dapat membesarkan hati istri. Menurut Goldberger & Breznis, (1982) dukungan suami adalah dukungan yang diberikan kepada istri, dimana suami dapat memberikan bantuan secara psikologis berupa motivasi, perhatian dan penerimaan. Selanjutnya menurut Wentzel, K. R (2012) sumber sumber dukungan sosial berasal dari orang yang berarti bagi individu seperti: keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan sekerja, saudara, tetangga, teman-teman dan guru disekolah. Bentuk dukungan sosial yang bersumber dari suami ini yang kemudian disebut dengan dukungan suami. Dukungan suami sangat dibutuhkan oleh perempuan yang bekerja salah satunya adalah Polwan, karena semakin tinggi dukungan sosial dari suami baik berupa dukungan emosional, instrumental, informatif, penilaian dan penghargaan diri, maka semakin besar pula pengaruhnya dalam menurunkan konflik peran ganda, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pada Polwan yang sudah menikah.

Menurut Cobb (Mintarsih, 2015) dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang sekitarnya, Cohen dan Wills (Mintarsih, 2015) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat

segala sesuatu menjadi lebih mudah terutama pada waktu menghadapi peristiwa yang menekan. Hal ini dapat berdampak positif menurunkan stres dan meningkatkan kesejahteraan subjektif.

Berdasarkan konsep teori yang telah diuraikan diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- a. Ada hubungan negatif konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif polwan yang sudah menikah di Polres X.
- b. Ada hubungan positif dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif polwan yang sudah menikah di Polres X.
- c. Ada hubungan konflik peran ganda dan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif polwan yang sudah menikah di Polres X.

### 3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah Polwan yang bertugas di Polres X dengan karakteristik: Polwan aktif dan sudah berumah tangga. Populasi berjumlah 130 orang dan seluruh populasi dijadikan sampel penelitian, sehingga teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini disebut Sensus atau *sampling* jenuh.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala model likert dengan lima pilihan jawaban. Adapun skala yang digunakan meliputi skala Kesejahteraan Subjektif yang mengacu pada teori Diener (1999), skala Konflik Peran Ganda yang mengacu pada teori Greenhaus & Beutell (1985) dan skala Dukungan Suami yang mengacu pada teori Sarafino (1990). Item-item dalam skala ini diuji dengan validitas isi dan validitas konstruk serta reliabilitas dengan menggunakan *cronbach's alpha if item deleted*.

Analisis data penelitian dilakukan menggunakan analisis *bivariate correlation* dan *multivariate correlation* dengan *regression metode enter* dan *metode stepwise* dibantu program SPSS *versi 27.0 for Windows*.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis pengujian hipotesis pertama dengan menggunakan metode analisis

*bivariate correlation* antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif diperoleh nilai ( $r$ ) sebesar  $-0.732$  dan  $p = 0.000$ ;  $p < 0,05$ . Hal ini menunjukkan ada hubungan signifikan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif dengan arah hubungan negatif yang dapat diartikan semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami Polwan yang sudah menikah maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif yang dirasakan dan sebaliknya. Hal ini searah dengan hasil penelitian Putri dan Rositawati (2022) dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *work-family conflict* dengan *subjective well-being* (SWLS) pada karyawan perempuan bank Jawa Barat dan Banten divisi kredit konsumen Kota Bandung.

Selanjutnya hipotesis kedua menggunakan metode analisis *bivariate correlation* antara dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif, diperoleh nilai ( $r$ ) sebesar  $0.774$  dan  $p = 0.000$ ;  $p < 0,05$ . Hal ini dapat diartikan bahwa ada hubungan signifikan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif dengan arah positif, yang dapat diartikan semakin tinggi dukungan suami maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah. Hal ini searah dengan hasil penelitian Khairina dan Sahrah (2020) tentang dukungan sosial terhadap *Subjective well-being* pada wanita TNI angkatan udara dikatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan *Subjective well-being*.

Berdasarkan hasil analisis pengujian hipotesis ketiga dengan menggunakan metode analisis *multivariate correlation* antara konflik peran ganda dan dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif, diperoleh nilai ( $R^2$ ) sebesar  $0.653$  dan  $p = 0.000$ ;  $p < 0,05$ . Hal ini menunjukkan ada hubungan konflik peran ganda dan dukungan suami secara bersama-sama terhadap kesejahteraan subjektif responden. Berdasarkan hasil analisis data *regression* dengan metode *stepwise* diketahui konflik peran ganda dan dukungan suami memiliki kontribusi sebesar  $65,3\%$ , kontribusi dukungan suami sebesar  $55,4\%$  sedangkan konflik peran ganda sebesar  $9,9\%$ . Hal ini menunjukkan dukungan suami lebih besar pengaruhnya dalam kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah di Polres X daripada konflik peran ganda. Berdasarkan hasil kategorisasi kesejahteraan subjektif, konflik peran ganda dan dukungan suami berada pada kategori “sedang”.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan.

- a. Ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah. Hal ini dapat diartikan semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami Polwan yang sudah menikah di Polres X, maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif yang dirasakan dan sebaliknya.
- b. Ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara dukungan suami dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah. Hal ini dapat diartikan semakin tinggi dukungan suami yang diterima Polwan yang sudah menikah di Polres X, maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif yang dirasakan dan sebaliknya.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara konflik peran ganda dan dukungan suami secara bersama-sama dengan kesejahteraan subjektif Polwan yang sudah menikah di Polres X.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka penulis dapat memberi saran sebagai berikut:

1. Saran teoritis, Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat pada pengembangan bagi ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu psikologi. Terutama pada variabel konflik peran ganda, dukungan suami dan kesejahteraan subjektif. Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan tema serupa, hendaknya memperhatikan faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi kesejahteraan subjektif Polwan.
2. Saran Praktis
  - a. Kepada Polwan yang sudah menikah, diharapkan dapat mengurangi konflik peran ganda yang dirasakan, dengan membuat keseimbangan tugas dan

kewajiban dengan membuat jadwal yang ketat dan teratur

- b. Kepada suami dari Polwan diharapkan dapat memberikan dukungan berupa dukungan emosional, instrumental, informatif, dan penghargaan seperti nasihat, motivasi, materi, dan bantuan dalam pekerjaan rumah tangga kepada istri yang bekerja agar dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif istri yang bekerja.
- c. Kepada Polres X diharapkan agar memberikan suasana kerja yang baik seperti tidak memberikan tugas pada saat libur, tidak menelpon di luar jam kantor, agar perempuan yang memiliki peran ganda dapat bekerja dengan produktif dan bahagia.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M. D. (2020). Subjective well-being pada polwan di polrestabes Surabaya ditinjau dari status perkawinan (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Anwar, D. P., & Fauziah, N. (2019). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda pada wanita yang bekerja sebagai polisi di Polrestabes Semarang. *Jurnal Empati*, 8(1), 105-110.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425.
- Dizaho, E. K., Salleh, R., & Abdullah, A. (2016). The impact of work-family conflict on working mothers' career development: A review of literature. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 10(11), 328-334.
- Duxbury, L., Higgins, C., & Neufeld, D. (1998). Between work and family: is telework part of the problem. *The virtual workplace*, 218.
- Feldman, Papalia Olds;. (2013). *Human Development Perkembangan Manusia* (10 ed.). Jakarta. Dipetik Agustus 2022.
- Handayani, D. T. (2011). Perbedaan psychological well-being ditinjau dari strategi self-management dalam mengatasi work-family conflict pada ibu bekerja.
- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2018). Dukungan sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawan PT. SC Enterprises Semarang. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 11(1), 46-54.
- Khairina, K., & Sahrah, A. (2021, February). Dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada wanita TNI angkatan udara. In *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP* (pp. 403-407).
- Oetomo, I. (2014). *Women @ Work*. Dipetik Juni 2022.
- Putri, A. N. R., & Rositawati, S. (2022, February). Hubungan Work-Family Conflict dengan Subjective Well-Being Karyawan Bank BJB Divisi Kredit Konsumer. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 2, No. 1).
- Rahayu, A. (2015). *DIsertasi: Model Struktural kesejahteraan Subjektif Tenaga Kerja Wanita Indonesia Luar Negeri* (Doctoral dissertation, Universitas Persada Indonesia YAI).
- Rulangi, R., Fahera, J., & Novira, N. (2021). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Subjective Well-Being pada Mahasiswa. In *Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1, pp. 406-412).
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. 13 Edisi 13.
- Smet, B. (2019). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta. Dipetik Agustus 2022
- Sorongon, M. V., Mandey, S., & Lumanauw, B. (2015). Konflik peran dan ambiguitas peran terhadap kinerja karyawan pada pt. Bank tabungan pensiunan nasional (btpn) tbk. Cabang manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, 3(1).
- Tarigan, M. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan subjective well-being pada remaja yang memiliki orangtua tunggal. *Jurnal Diversita*, 4(1), 1-8.
- Utaminingsih, A. (2017). *Gender dan wanita karir*. Universitas Brawijaya Press.