

## **HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN KONFLIK PERAN GANDA PADA WANITA YANG BEKERJA SEBAGAI POLISI DI POLRESTABES SEMARANG**

**Danang Pramudito Anwar, Nailul Fauziah**

*Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

[Dananganwar78@gmail.com](mailto:Dananganwar78@gmail.com) [nailul\\_f@yahoo.com](mailto:nailul_f@yahoo.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda pada wanita yang bekerja sebagai polisi di Polrestabes Semarang. Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk dapat menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, pengalaman-pengalaman dalam hidupnya sehingga mampu berhubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu mengarahkan perilakunya sendiri, mampu bertahan dalam lingkungan, mempunyai keinginan untuk belajar guna mengembangkan potensi dalam diri. Konflik peran ganda adalah konflik yang terjadi akibat adanya pertentangan tuntutan dan harapan antara peran yang satu dengan peran yang lain, dalam hal ini peran diarah pekerjaan dan diarah keluarga. Populasi penelitian yaitu polisi wanita di Polrestabes Semarang yang sudah menikah. Subjek penelitian berjumlah 40 polisi wanita. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis (39 aitem;  $\alpha = 0,945$ ) dan skala konflik peran ganda (40 aitem;  $\alpha = 0,942$ ). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda ( $r_{xy} = -0,67$ ;  $p = 0,000$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka konflik peran ganda yang dialami rendah. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis maka konflik peran ganda yang dialami tinggi. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan efektif sebesar 44,9% terhadap konflik peran ganda.

**Kata kunci :** Kesejahteraan psikologis, konflik peran ganda, polisi wanita

### **ABSTRACT**

This study aims to determine the relationship between psychological well-being and dual role conflict in women who work as police in Polrestabes Semarang. Psychological well-being is an individual's ability to be able to accept his strengths and weaknesses, experiences in his life so as to be able to positively connect with others, have a clear purpose in life, be able to direct his own behavior, be able to survive in the environment, have the desire to learn to develop the potential in self. Multiple role conflict is a conflict that occurs due to conflicts between demands and expectations between one role and another, in this case the role of the work and family. The study population was female police in Semarang Polrestabes who were married. Research subjects were 40 female police officers. The sampling technique uses cluster sampling. Data collection using a psychological welfare scale (39 items;  $\alpha = 0.945$ ) and multiple role conflict scale (40 items;  $\alpha = 0.942$ ). The results of simple regression analysis indicate that there is a significant negative relationship between psychological well-being and dual role conflict ( $r_{xy} = -0.67$ ;  $p = 0.000$ ). The results of the analysis show that the higher the psychological well-being, the double role conflict experienced is low. Likewise, on the contrary, the lower the psychological well-being, the double role conflict is experienced high. Psychological well-being has an effective contribution of 44.9% to multiple role conflicts.

**Keywords:** psychological well-being, dual role conflict, female police.

## **PENDAHULUAN**

Keluarga pada umumnya terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang tinggal pada satu rumah. Setiap anggota keluarga memiliki perannya masing-masing yaitu seorang ayah sebagai kepala keluarga yang memiliki tugas untuk mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan sebagai pengayom anak serta istrinya, peran anak untuk menimbah ilmu (Gunarso, 2009). Sedangkan peran wanita sebagai seorang ibu atau istri yang bertugas mendampingi suami dan anak dalam situasi apapun dengan penuh kasih sayang, cinta, kesetiaan dan loyalitas (Kartono, 2012). Seorang wanita yang sudah menikah dan menjadi ibu terkadang memiliki dua pilihan yaitu sebagai ibu yang sepenuhnya mengurus rumah tangga atau membantu perekonomian keluarga dengan bekerja. Saat ini sudah banyak ditemui wanita yang bekerja.

Menurut Anoraga (2009) banyak perubahan dan kemajuan diberbagai bidang dan sektor kehidupan, salah satunya munculnya fenomena baru yaitu semakin besarnya jumlah wanita yang bekerja dan semakin banyaknya wanita yang berhasil memasuki jenis-jenis pekerjaan yang tidak biasa ditempati oleh wanita. Pada dasarnya, alasan yang mendorong seorang wanita yang telah berkeluarga untuk bekerja sehingga harus meninggalkan rumah tangga dan keluarganya untuk waktu tertentu diantaranya untuk menambah penghasilan keluarga, menghindari rasa jenuh atau untuk mengisi waktu luang, karena faktor psikologis yaitu ingin menghindari perasaan ketergantungan dari suaminya, ketidakpuasan dalam pernikahan, mempunyai minat atau keahlian tertentu yang ingin dimanfaatkan, dan untuk memperoleh status demi pengembangan diri.

Menurut Putrianti (2007) banyak persoalan yang dialami oleh para wanita (ibu rumah tangga) yang bekerja di luar rumah, seperti mengatur waktu dengan suami dan anak hingga mengurus tugas-tugas rumah tangga dengan baik. Ada yang dapat menikmati peran gandanya, namun ada yang merasa kesulitan hingga akhirnya persoalan-persoalan rumit kian berkembang dalam kehidupan sehari-hari. Ada beragam pilihan pekerjaan untuk wanita, salah satu pilihan pekerjaan wanita adalah sebagai Polisi wanita atau yang biasa dikenal dengan sebutan Polwan. Polisi wanita juga memiliki kesempatan yang sama dengan polisi pria selama menempuh pendidikan pertama (dengan standart yang berbeda) maupun jenjang karir, Polisi wanita juga dapat mencapai perwira tinggi (Yulishatin, 2008).

Wanita bekerja berada pada dewasa awal yaitu 18-40 tahun, pada periode ini terjadi penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru (Hurlock, 2003). Ciri-ciri individu pada masa dewasa beberapa diantaranya yaitu mencoba berbagai pekerjaan yang tepat, berada pada masa produktif, mengalami ketegangan emosional karena banyak masalah-masalah akibat peranan baru, mengalami ketegangan emosional karena banyaknya masalah yang harus diselesaikan, serta menyesuaikan diri dengan gaya hidup baru dan menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi akibat menjalankan peran-peran baru (Hurlock, 2003). Beberapa contoh dimasa dewasa tersebut mengarah pada kesimpulan bahwa pada masa ini individu paling banyak berpeluang untuk mengalami konflik peran ganda.

Menurut Greenhaus dan Beutell (dalam Crane & Hill, 2009) konflik peran ganda memiliki sifat *bidirectional* yaitu konflik pekerjaan-keluarga (*Work-family conflict*) dan konflik keluarga-pekerjaan (*Family-work conflict*). *Work-family conflict* yaitu konflik yang muncul karena tanggung jawab pekerjaan yang mengganggu tanggung jawab keluarga. Sebaliknya, *Family-work conflict*, yaitu konflik yang muncul karena tanggung jawab keluarga yang mengganggu tanggung jawab pekerjaan. Greenhause dan Beutell (dalam Korabik, 2008) mendefinisikan konflik peran ganda keluarga dan pekerjaan sebagai suatu bentuk konflik antar peran dari ranah pekerjaan dan ranah keluarga yang mengalami ketidakselarasan sehingga pemenuhan dalam satu peran menyebabkan berkurangnya pemenuhan pada peran lain.

Menurut hasil wawancara dengan salah satu anggota Polwan bahwa anggota Polwan memiliki aturan-aturan wajib seperti apel wajib diikuti pada pukul 07.00 pagi dan waktu pulang jam 03.00 sore, ditugaskan keluar kota untuk urusan dinas, lembur guna menyelesaikan pekerjaan, tuntutan pekerjaan seperti siap selama 24 jam dalam bekerja, mereka siap diperintah sewaktu-waktu dan dalam kondisi apapun.

Hasil wawancara tersebut melatar belakangi kurangnya intensitas waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas bersama dengan suami dan anak dirumah. Sukanto (1992) menyatakan bahwa ibu yang bekerja sering merasa kekurangan waktu untuk bersama suami dan anak-anak bahkan untuk dirinya sendiri. Selain itu tuntutan untuk berperilaku disiplin, tegas, serta mematuhi perintah atasan yang ditanamkan sebagai anggota polisi sering membuat perilaku anggota Polwan terbawa ketika berada dengan keluarga. Adanya peran berbeda tersebut dapat memicu adanya konflik peran ganda karena ketidakmampuan individu untuk menyesuaikan diri dirumah karena dibawa oleh perilaku ditempat kerja. Hal diatas menggambarkan adanya peluang terjadinya konflik peran ganda pada anggota Polwan karena tekanan dari peran pekerjaan yang saling bertentangan. Anggota Polwan yang memiliki dua peran sebagai ibu yang mengurus rumah tangga dan anggota Polisi memiliki keterbatasan dalam ruang, waktu dan energi yang menjadi dasar utama terjadinya potensi konflik antar peran.

Menurut Stoner, Hartman, dan Arora (1990) salah satu faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda meliputi pemberian waktu yang tidak seimbang antara peran yang satu dengan peran yang lain. Untuk mengatasinya diperlukan kemampuan dalam menyeimbangkan peran. Kemampuan individu dalam menyeimbangkan peran didalam rumah dan lingkungan pekerjaan dapat menimbulkan perasaan bermakna serta dapat meningkatkan kepercayaan diri individu dalam pekerjaan maupun keluarga. Individu yang dapat menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga secara baik dapat membuat konflik peran ganda menjadi rendah.

Perasaan bermakna dan kepercayaan diri erat kaitannya dengan kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari fungsi individu dalam menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, dapat bersikap mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan dapat mengembangkan pribadinya. Kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh individu dapat mengurangi konflik peran ganda yang di rasakan, karena kesejahteraan psikologis memainkan peranan penting pada proses konflik peran yang dirasakan dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun dalam rumah sebagai istri atau ibu.

Kesejahteraan psikologis sangat penting bagi wanita bekerja terutama pada anggota Polwan. Karena ketidakmampuan menempatkan diri didalam rumah dan lingkungan pekerjaan kerap kali mengganggu hubungan dengan keluarga dan mengakibatkan individu menjadi kurang bermakna di dalam keluarga maupun dalam pekerjaan. Mencerminkan kurangnya individu dalam menerima dirinya, dimana individu merasa tidak puas terhadap sesuatu yang dialaminya dan berpotensi memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Sependapat dengan Ryff (dalam Snyder & Lopez, 2002) dimana kesejahteraan psikologis mencakup kemampuan individu untuk dapat menerima semua hal yang telah dilaluinya secara dewasa sehingga menghasilkan evaluasi yang positif dan kemampuan menentukan tindakannya sendiri.

## **METODE PENELITIAN**

Populasi dalam penelitian ini Polisi wanita Polrestabes Semarang yang sudah menikah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster*

*sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala konflik peran ganda (39 aitem,  $\alpha = 0,945$ ) dan Motivasi Kerja (40 aitem,  $\alpha = 0,942$ ). Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program *Statistical Package For Science (SPSS) for windows version 21.0*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil uji normalitas pada variabel kesejahteraan psikologis diperoleh *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,630 dengan signifikansi sebesar 0,822 ( $p > 0,05$ ), hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data memiliki distribusi normal. Kemudian hasil uji normalitas pada variabel konflik peran ganda diperoleh *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,708 dengan signifikansi 0,698 ( $p > 0,05$ ), hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data memiliki distribusi normal. Uji linearitas hubungan antara variabel kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda mendapatkan hasil  $F = 30,991$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil uji linieritas menunjukkan bahwa hubungan kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda adalah linier. koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,449. Angka tersebut mengandung pengertian bahwa dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis memiliki sumbangan efektif sebesar 44,9% terhadap konflik peran ganda. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi kesejahteraan psikologis sebesar 44,9% dapat diprediksi oleh variabel konflik peran ganda, sisanya sebesar 55,1% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa tidak ada polisi wanita di Polrestabes Semarang yang memiliki tingkat konflik peran ganda yang sangat tinggi dan tinggi, sebanyak 70% memiliki tingkat konflik peran ganda rendah, dan sebanyak 30% tingkat konflik peran ganda sangat rendah. Kategorisasi ini menunjukkan bahwa kebanyakan Polwan dalam penelitian ini pada kategorisasi konflik peran ganda yang rendah. penelitian ini juga menunjukkan skor kesejahteraan psikologis, bahwa tidak ada anggota Polwan di Polrestabes Semarang yang memiliki kesejahteraan psikologis sangat rendah dan rendah, 62,5% anggota Polwan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dan 37,5% anggota Polwan memiliki kesejahteraan psikologis sangat tinggi.

Kesejahteraan psikologis pada anggota Polwan di Polrestabes Semarang berada pada kategori tinggi. Hal tersebut mengasumsikan bahwa anggota Polwan merasa bermakna dalam kehidupannya. Anggota Polwan dapat berfungsi penuh dan menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, dapat berhubungan positif dengan rekan kerja dan anggota keluarga, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan dapat mengembangkan pribadinya. Sedangkan perhitungan skor pada anggota Polwan di Polrestabes Semarang menunjukkan tingkat konflik peran ganda pada kategori rendah. kemampuan individu dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga dalam memenuhi tuntutan peran dalam pekerjaan keluarga akan memunculkan perasaan nyaman, semangat dan bahagia pada individu, sedangkan adanya dukungan sosial dari keluarga, seperti suami dan anak menyebabkan pengaruh yang positif bagi individu yang bekerja dalam menekan stres kerja yang berdampak pada kesejahteraan psikologis.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 40 subjek diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda

pada Polwan di Polrestabes Semarang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki, maka konflik peran ganda pada Polwan semakin rendah. Demikian sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki, maka konflik peran ganda pada Polwan semakin tinggi. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan efektif sebesar 44,9% terhadap konflik peran ganda, sedangkan 55,1% lainnya ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Penelitian ini tidak luput dari keterbatasan. Jarak dari tempat satu ketempat yang lain serta padatnyajam kerja dan aktivitas subjek menyebabkan pengambilan data berlangsung dalam waktu yang cukup lama.

Saran yang dapat peneliti ajukan berdasarkan hasil penelitian ini adalah:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek yang sudah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi diharapkan dapat mempertahankan kondisi tersebut. Upaya yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis dalam menangani konflik peran ganda dengan menjalin hubungan positif dengan rekan kerja dan keluarga. Diharapkan Polrestabes Semarang memiliki program internal seperti *family gathering* untuk mempererat hubungan antar anggota dan keluarga polisi di Polrestabes Semarang

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kesejahteraan psikologis hanyalah salah satu faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda, masih banyak faktor-faktor lain yang bisa untuk diteliti. Ada baiknya dilakukan wawancara lebih mendalam pada beberapa subjek, agar diketahui lebih mendalam terkait dengan kesejahteraan psikologis dan juga konflik peran ganda dengan metode kualitatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anoraga, P. (2009). *Psikologi kerja*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Crane, D. R., & Hill, E. J. (2010). *Handbook of families and work: Interdisciplinary perspectives*. Maryland: University Press of America.
- Gunarso. (2009). *Asas-asas psikologi keluarga idaman*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, B. E. (2003). *Psikologi perkembangan :suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Edisi ke-5. Jakarta : Erlangga.
- Kartono, K. (2012). *Psikologi wanita*. Bandung : CV Mandar Maju.
- Korabik, K, Lero, D.S. & Whithead, D.L. (2008). *Handbook of work-family integration: research, theory, and best practices*. London: Academic Preess.
- Putrianti, F. G. (2007). Kesuksesan peran ganda wanita karir ditinjau dari dukungan suami, optimisme, dan strategi coping. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 9 (1), 3-17.
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of personalitiy and social Psychology*. 57, 1069-1081. doi: 0022-3514/89/500.75.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. (2002). *Handbook of positive psychology*. London :Oxford University Press.

Stoner, C.R. , Hartman, R.I. , & Arora, R. (1990). Work-home role conflict in female owners of small businesses: An exploratory study .*Journal of Small Business Management*, 28(1), 30–38.

Sukanto, E. S. (1992). *Tantangan wanita modern*. Jakarta: Erlangga.

Yulishatin, E. (2008). *Bekerja sebagai polisi*. Jakarta: Erlangga.