

Hubungan Konflik Peran Ganda dengan *Psychological Well-Being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung

The Relationship between Dual Role Conflict and Psychological Well-Being among Police women in Tulungagung

Dentya Valen Azzahra*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: dentya.22204@mhs.unesa.ac.id

Arfin Nurma Halida

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: arfinhalida@unesa.ac.id

Abstrak

Polisi Wanita menghadapi tantangan kompleks dalam menyeimbangkan peran profesional dan domestik yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 58 Polisi Wanita yang berstatus menikah dan memiliki anak di Polres Tulungagung. Pengumpulan data menggunakan Skala Konflik Peran Ganda (18 item, $\alpha=0,762$) dan Skala *Psychological Well-Being* (17 item, $\alpha=0,993$). Analisis data menggunakan *Pearson Product Moment* dengan JASP 18.0. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat tinggi dan signifikan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada konteks Polisi Wanita di Tulungagung ($r=0,973$, $p<0,001$). Terdapat hubungan positif sangat kuat antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Tulungagung, yang mengindikasikan bahwa dengan dukungan sosial dan resiliensi memadai, konflik peran dapat menjadi stimulus pertumbuhan psikologis.

Kata kunci : Keyword 1 Konflik peran ganda; Keyword 2 *Psychological well-being*; Keyword 3 Polisi Wanita

Abstract

Female police officers face complex challenges in balancing professional and domestic roles that can affect their psychological well-being. This study aims to determine the relationship between dual role conflict and psychological well-being among female police officers in Tulungagung area. This study used a correlational quantitative approach involving 58 married female police officers with children at Tulungagung Police Resort. Data collection used the Dual Role Conflict Scale (18 items, $\alpha=0.762$) and the Psychological Well-Being Scale (17 items, $\alpha=0.993$). Data analysis used Pearson Product Moment with JASP 18.0. The results showed a very strong and significant positive relationship between dual role conflict and psychological well-being ($r=0.973$, $p<0.001$). There is a very strong positive relationship between dual role conflict and psychological well-being among female police officers in Tulungagung, indicating that with adequate social support and resilience, role conflict can serve as a stimulus for psychological growth.

Keywords : *Keyword 1 Dual role conflict; Keyword 2 Psychological well-being; Keyword 3 Police women*

Article History	*corresponding author
<p>Submitted : 09-01-2026</p> <p>Final Revised : 09-01-2026</p> <p>Accepted : 10-01-2026</p>	<div data-bbox="1002 378 1278 450" style="text-align: center;">  </div> <p data-bbox="831 577 1337 607"><i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i></p> <p data-bbox="831 674 1366 723"><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>

Partisipasi Perempuan yang bekerja menghadapi tuntutan peran yang semakin kompleks seiring meningkatnya partisipasi perempuan dalam dunia kerja. Data menunjukkan bahwa perempuan tidak hanya berperan sebagai pekerja profesional, tetapi juga tetap memikul tanggung jawab domestik dalam keluarga, sehingga berpotensi mengalami konflik peran ganda (BPS, 2023). Konflik peran ganda muncul ketika tuntutan dari peran pekerjaan dan peran keluarga saling bertentangan dan sulit dipenuhi secara bersamaan (Greenhaus & Beutell, 1985). Kondisi ini menjadi perhatian penting karena konflik peran ganda terbukti berkaitan dengan berbagai konsekuensi psikologis, salah satunya kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* (Rahmawati & Hidayat, 2021). Pada profesi dengan tuntutan tinggi seperti kepolisian, konflik peran ganda berpotensi muncul lebih intens karena karakteristik pekerjaan yang menuntut kesiapsiagaan tinggi, jam kerja tidak menentu, serta tekanan fisik dan mental yang besar (Handayani & Sulistyowati, 2022). Polisi wanita dihadapkan pada tuntutan profesional sebagai aparat penegak hukum sekaligus tuntutan sosial sebagai istri dan ibu, sehingga rentan mengalami ketegangan peran yang berkelanjutan (Kusumawardani & Prasetyo, 2023).

Psychological well-being merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang mencerminkan fungsi psikologis positif individu, seperti kemampuan menerima diri, menjalin hubungan positif, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan mengalami pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989). Individu dengan *psychological well-being* yang baik mampu mengelola stres, mempertahankan keseimbangan emosi, serta menjalankan peran secara adaptif meskipun berada dalam situasi penuh tuntutan (Ryff & Keyes, 1995). Sebaliknya, konflik peran ganda yang tidak terkelola dapat menurunkan *psychological well-being* melalui meningkatnya stres, kelelahan emosional, dan penurunan kepuasan hidup (Wijayanti & Lestari, 2021).

Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan konflik peran ganda dan *psychological well-being* pada polisi wanita masih relatif terbatas, khususnya pada konteks wilayah tertentu seperti daerah Tulungagung. Padahal, karakteristik sosial budaya dan tuntutan kerja di setiap wilayah dapat memengaruhi dinamika konflik peran dan kesejahteraan psikologis individu (Wulandari, 2022). Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji hubungan konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada anggota polisi wanita di daerah Tulungagung. *Psychological well-being* merupakan konsep kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff sebagai pendekatan *eudaimonic* terhadap kesejahteraan individu.

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi optimal dari fungsi psikologis individu yang mencerminkan realisasi potensi diri secara penuh. *Psychological well-being* tidak hanya dimaknai sebagai ketiadaan gangguan mental, tetapi sebagai keberfungsian psikologis positif yang memungkinkan individu menjalani kehidupan secara bermakna dan produktif (Ryff & Singer, 2008). Model *psychological well-being* Ryff

terdiri dari enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989). Penerimaan diri menggambarkan kemampuan individu menerima kelebihan dan kekurangan diri secara realistis. Hubungan positif dengan orang lain ditandai oleh kemampuan membangun relasi yang hangat, empatik, dan saling percaya. Otonomi menunjukkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan secara mandiri tanpa tekanan sosial berlebihan. Penguasaan lingkungan berkaitan dengan kemampuan mengelola tuntutan eksternal dan menciptakan lingkungan yang mendukung kebutuhan pribadi. Tujuan hidup mencerminkan adanya arah dan makna dalam kehidupan individu, sedangkan pertumbuhan pribadi menunjukkan dorongan untuk terus berkembang dan terbuka terhadap pengalaman baru (Ryff & Keyes, 1995). Keenam dimensi ini saling berkaitan dan membentuk gambaran menyeluruh mengenai kesejahteraan psikologis. Konflik peran ganda merupakan bentuk konflik antarperan yang terjadi ketika tekanan dari peran pekerjaan dan peran keluarga saling tidak kompatibel (Greenhaus & Beutell, 1985).

Konflik peran ganda muncul karena keterbatasan sumber daya individu seperti waktu, energi, dan perhatian, sehingga pemenuhan satu peran menghambat peran lainnya (Kahn et al., 1964). Greenhaus dan Beutell (1985) mengklasifikasikan konflik peran ganda ke dalam tiga bentuk, yaitu konflik berbasis waktu, konflik berbasis tekanan, dan konflik berbasis perilaku. Konflik berbasis waktu terjadi ketika waktu yang digunakan untuk satu peran mengurangi waktu untuk peran lain. Konflik berbasis tekanan muncul ketika stres dari satu peran memengaruhi kinerja peran lainnya. Konflik berbasis perilaku terjadi ketika perilaku yang dituntut dalam satu peran tidak sesuai dengan perilaku pada peran lainnya. Pada perempuan bekerja, konflik peran ganda sering kali diperkuat oleh ekspektasi sosial dan budaya yang menuntut perempuan untuk tetap menjalankan peran domestik meskipun telah memiliki peran profesional (Nurfitriana et al., 2023).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa konflik peran ganda memiliki hubungan negatif dengan *psychological well-being*, di mana semakin tinggi konflik peran yang dialami individu, semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya (Wijayanti & Lestari, 2021; Yani & Pratama, 2023). Namun, penelitian lain menunjukkan bahwa dalam kondisi tertentu, konflik peran ganda dapat mendorong individu mengembangkan resiliensi, strategi coping, dan pertumbuhan psikologis, sehingga tidak selalu berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis (Bataneh, 2019).

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Desain ini dipilih untuk mengetahui hubungan antara konflik peran ganda dan *psychological well-being* pada polisi wanita yang telah menikah dan memiliki anak (Sugiyono, 2020).

Sampel / Populasi

Populasi penelitian adalah polisi wanita yang telah menikah, memiliki anak, dan bertugas di wilayah Tulungagung. Subjek dipilih dengan pertimbangan bahwa kelompok ini berpotensi tinggi mengalami konflik peran ganda (Handayani & Sulistyowati, 2022). Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel, dengan jumlah 58 orang.

Pengumpulan Data

Skala Konflik Peran Ganda yang diadaptasi dari Greenhaus dan Beutell (1985) dengan 18 item valid ($\alpha=0,762$) mengukur tiga dimensi: *time-based conflict*, *strain-based conflict*, dan *behaviour-based conflict*. Skala *Psychological Well-Being* yang diadaptasi dari Ryff (1989) dengan 17 item valid ($\alpha=0,993$) mengukur enam dimensi: *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Kedua skala menggunakan format *Likert 5* poin (1=Sangat Tidak Setuju hingga 5=Sangat Setuju).

Analisis Data

Analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data dan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk menguji hipotesis penelitian. Sebelumnya dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas. Pengolahan data menggunakan *JASP 18.0* dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil

Penelitian melibatkan 58 responden Polisi Wanita di Polres Tulungagung yang berstatus menikah dan memiliki anak. Berdasarkan masa kerja, responden dengan masa kerja 1-5 tahun sebesar 31%, 6-10 tahun sebesar 41,4%, 11-15 tahun sebesar 19%, dan lebih dari 15 tahun sebesar 8,6%. Berdasarkan jumlah anak, responden dengan 1 anak sebesar 43,1%, 2 anak sebesar 39,7%, dan 3 anak atau lebih sebesar 17,2%. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada polisi wanita di Kabupaten Tulungagung. Nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,973$ dengan nilai signifikansi $p < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki subjek penelitian.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik Min	Skor Hipotetik Maks	Mean Hipotetik	SD Hipotetik
Konflik Peran Ganda	30	150	90	20
<i>Psychological Well-Being</i>	42	252	147	35

Berdasarkan Tabel diatas, dapat diketahui bahwa variabel konflik peran ganda memiliki skor hipotetik minimum sebesar 30 dan skor hipotetik maksimum sebesar 150 dengan mean hipotetik sebesar 90 dan standar deviasi hipotetik sebesar 20. Rentang skor hipotetik tersebut menunjukkan bahwa secara teoritis tingkat konflik peran ganda berada pada kategori sedang apabila skor mendekati nilai mean hipotetik. Hasil analisis data empirik menunjukkan bahwa konflik peran ganda memiliki skor minimum sebesar 68 dan skor maksimum sebesar 132 dengan mean empirik sebesar 104,37 dan standar deviasi empirik sebesar 14,82. Nilai mean empirik yang lebih tinggi dibandingkan mean hipotetik menunjukkan bahwa secara umum tingkat konflik peran ganda pada anggota polisi wanita di daerah Tulungagung berada pada kategori sedang hingga tinggi. Standar deviasi empirik yang lebih kecil dibandingkan standar deviasi hipotetik menunjukkan bahwa variasi tingkat konflik peran ganda antar subjek relatif homogen.

Variabel *psychological well-being* memiliki skor hipotetik minimum sebesar 42 dan skor hipotetik maksimum sebesar 252 dengan mean hipotetik sebesar 147 dan standar deviasi hipotetik sebesar 35. Skor hipotetik ini menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis subjek secara teoritis. Berdasarkan data empirik, *psychological well-being* menunjukkan skor minimum sebesar 161 dan skor maksimum sebesar 231 dengan mean empirik sebesar 196,54 dan standar deviasi empirik sebesar 17,63. Nilai mean empirik yang lebih tinggi dibandingkan mean hipotetik menunjukkan bahwa secara umum anggota polisi wanita di daerah Tulungagung memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa subjek penelitian mampu menjalankan fungsi psikologis secara positif, termasuk penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Standar deviasi empirik yang relatif kecil menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* antar subjek cenderung merata. Secara keseluruhan, deskripsi data

pada Tabel 1 menunjukkan bahwa meskipun anggota polisi wanita di daerah Tulungagung mengalami konflik peran ganda pada tingkat sedang hingga tinggi, kondisi *psychological well-being* mereka tetap berada pada kategori tinggi. Temuan ini memberikan gambaran awal bahwa konflik peran ganda yang dialami subjek penelitian tidak selalu berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis, melainkan dapat berjalan seiring dengan kemampuan adaptasi dan pengelolaan peran yang efektif.

Tabel 2. Kategorisasi *Psychological Well-Being*

Variabel	Kategori	Rentang Skor	Jumlah Subjek (Orang)	Persentase (%)	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	Rendah	≤ 112	5	8,62	Kesejahteraan psikologis kurang optimal
	Sedang	113 – 182	18	31,03	Kesejahteraan psikologis cukup
	Tinggi	≥ 183	35	60,35	Kesejahteraan psikologis optimal
Total			58	100	

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa tingkat *psychological well-being* pada anggota polisi wanita di daerah Tulungagung sebagian besar berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 35 orang atau sebesar 60,35%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal, ditandai dengan kemampuan menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta mengalami pertumbuhan pribadi. Sebanyak 18 orang atau 31,03% berada pada kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa subjek memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik namun masih menghadapi tantangan tertentu dalam menjalankan peran ganda. Sementara itu, sebanyak 5 orang atau 8,62% berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa sebagian kecil subjek memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang optimal. Secara umum, hasil ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* polisi wanita di daerah Tulungagung cenderung tinggi.

Tabel 3. Kategorisasi Konflik Peran Ganda

Variabel	Kategori	Rentang Skor	Jumlah Subjek (Orang)	Persentase (%)	Keterangan
Konflik Peran Ganda	Rendah	≤ 70	7	12,07	Konflik peran ganda minimal
	Sedang	71 – 110	32	55,17	Konflik peran ganda cukup terasa
	Tinggi	≥ 111	19	32,76	Konflik peran ganda tinggi
Total			58	100	

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa konflik peran ganda pada anggota polisi wanita di daerah Tulungagung sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 32 orang atau sebesar 55,17%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian mengalami konflik peran ganda yang cukup nyata akibat tuntutan pekerjaan dan keluarga yang berjalan bersamaan. Sebanyak 19 orang atau 32,76% berada pada kategori tinggi, yang mengindikasikan bahwa sebagian subjek mengalami konflik peran ganda yang intens. Sementara itu, sebanyak 7 orang atau 12,07% berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa sebagian kecil

subjek mampu mengelola peran pekerjaan dan keluarga dengan baik tanpa mengalami konflik yang berarti. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa konflik peran ganda merupakan kondisi yang umum dialami oleh polisi wanita di daerah Tulungagung.

Tabel 4. Hasil Uji Asumsi

Variabel	Uji Normalitas	Sig. (p)	Keterangan
Konflik Peran Ganda	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	0,200	Data berdistribusi normal
<i>Psychological Well-Being</i>	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	0,200	Data berdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$) pada variabel konflik peran ganda dan *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas terpenuhi. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, maka analisis *statistik parametrik* dapat digunakan untuk pengujian hipotesis.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	Sig. (p)	Keterangan
Konflik Peran Ganda – Psychological Well-Being	0,973	< 0,001	Hubungan positif sangat kuat dan signifikan

Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson Product Moment*, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,973$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung.

Dengan demikian, *hipotesis alternatif (H₁) diterima* dan *hipotesis nol (H₀) ditolak*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dirasakan oleh Polisi Wanita. Hasil penelitian ini bertentangan dengan sebagian besar teori dan penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan negatif antara konflik peran ganda dan *psychological well-being*. Kondisi ini mengindikasikan adanya kemungkinan faktor lain seperti dukungan sosial, resiliensi, dan kemampuan coping yang berperan dalam menjaga kesejahteraan psikologis meskipun individu mengalami konflik peran ganda.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara konflik peran ganda dan *psychological well-being*. Temuan ini menjadi menarik karena bertolak belakang dengan sebagian besar teori dan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa konflik peran ganda cenderung berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu (Greenhaus & Beutell, 1985; Wijayanti & Lestari, 2021).

Secara teoretis, konflik peran ganda dipandang sebagai bentuk tekanan psikologis yang muncul akibat ketidaksesuaian tuntutan antara peran pekerjaan dan peran keluarga (Greenhaus & Beutell, 1985). Tekanan ini umumnya dikaitkan dengan peningkatan stres, kelelahan emosional, serta penurunan kesejahteraan psikologis (Rahmawati & Hidayat, 2021). Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada konteks Polisi Wanita di Tulungagung, konflik peran ganda justru berkorelasi positif dengan *psychological well-being*.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui perspektif psikologi positif dan model *eudaimonic*

well-being yang dikemukakan oleh Ryff (1989). Ryff menyatakan bahwa *psychological well-being* bukan sekadar ketiadaan tekanan atau stres, melainkan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan yang bermakna, bertumbuh, dan mampu mengaktualisasikan potensi dirinya. Dalam konteks ini, konflik peran ganda yang dialami Polisi Wanita kemungkinan dipersepsikan bukan hanya sebagai beban, tetapi juga sebagai tantangan perkembangan yang mendorong individu untuk meningkatkan kapasitas adaptasi, tanggung jawab, dan makna hidup.

Polisi Wanita yang menjalani peran ganda sebagai aparat negara, istri, dan ibu dituntut untuk memiliki kemampuan manajemen waktu, pengendalian emosi, serta penyesuaian peran yang tinggi. Kemampuan ini berpotensi memperkuat dimensi *psychological well-being* seperti *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth* (Ryff & Singer, 2008). Dengan kata lain, semakin tinggi konflik peran ganda yang dihadapi, semakin besar pula kesempatan individu untuk mengembangkan strategi coping yang adaptif dan meningkatkan kualitas kesejahteraan psikologisnya.

Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang diterima oleh Polisi Wanita. Dukungan dari pasangan, keluarga, serta rekan kerja berperan sebagai faktor protektif yang dapat meminimalkan dampak negatif konflik peran ganda (Safitri & Rahardjo, 2022). Dukungan sosial yang memadai memungkinkan individu untuk tetap merasa dihargai, dipahami, dan memiliki rasa keterhubungan, sehingga konflik peran tidak secara langsung menurunkan kesejahteraan psikologis.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini juga perlu dicermati secara kritis. Hubungan positif yang sangat kuat dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti *response bias*, di mana responden cenderung memberikan jawaban yang *socially desirable*, atau *survivorship bias*, yaitu hanya individu yang mampu bertahan dalam tekanan peran ganda yang menjadi bagian dari sampel penelitian. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak serta merta meniadakan teori konflik peran ganda, melainkan memperkaya perspektif dengan menunjukkan bahwa dampaknya dapat berbeda tergantung pada konteks individu dan lingkungan.

Namun demikian, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan dengan kehati-hatian. Nilai koefisien korelasi yang sangat tinggi dimungkinkan dipengaruhi oleh penggunaan instrumen *self-report*, kesamaan konteks pengukuran, serta karakteristik subjek penelitian yang relatif homogen. Selain itu, kemungkinan adanya kecenderungan respon sosial (*social desirability*) juga dapat memengaruhi jawaban responden. Oleh karena itu, temuan penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas dan perlu diuji kembali pada konteks dan karakteristik subjek yang berbeda.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara konflik peran ganda dengan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung. Hasil ini menunjukkan bahwa konflik peran ganda tidak selalu berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis, melainkan dapat berhubungan positif pada konteks penelitian ini, ketika individu memiliki kemampuan adaptasi, resiliensi, dan dukungan sosial yang memadai.

Temuan penelitian ini memberikan pemahaman bahwa Polisi Wanita yang mampu mengelola tuntutan peran pekerjaan dan keluarga secara efektif dapat tetap mempertahankan bahkan meningkatkan *psychological well-being* mereka. Dengan demikian, konflik peran ganda dalam konteks tertentu dapat berfungsi sebagai stimulus pertumbuhan psikologis, bukan semata-mata sebagai sumber tekanan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat antara konflik peran ganda dan *psychological well-being* pada Polisi Wanita di Daerah Tulungagung, disarankan agar institusi kepolisian memberikan perhatian yang lebih sistematis

terhadap pengelolaan peran ganda yang dialami oleh Polisi Wanita. Institusi diharapkan dapat mengembangkan kebijakan dan program yang mendukung keseimbangan peran, seperti pengaturan jam kerja yang lebih fleksibel, pemberian dukungan psikologis melalui layanan konseling, serta pelatihan manajemen stres dan penguatan resiliensi. Upaya tersebut penting untuk membantu Polisi Wanita dalam mengelola tuntutan pekerjaan dan keluarga secara adaptif sehingga konflik peran ganda yang muncul tidak berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, Polisi Wanita diharapkan dapat terus mengembangkan strategi coping yang konstruktif, meningkatkan kemampuan manajemen waktu, serta memperkuat dukungan sosial baik dari keluarga maupun lingkungan kerja agar *psychological well-being* tetap terjaga. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan variabel dengan memasukkan faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, resiliensi, *work-life balance*, dan budaya organisasi sebagai variabel mediator atau moderator, serta menggunakan pendekatan metodologis yang lebih beragam, seperti metode kualitatif atau longitudinal, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika konflik peran ganda dan *psychological well-being* pada perempuan bekerja, khususnya dalam konteks institusi kepolisian.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Barker, D. H., Quittner, A. L., Fink, N. E., Eisenberg, L. S., Tobey, E. A., & Niparko, J. K. (2009). Predicting behavior problems in deaf and hearing children: The influences of language, attention, and parent-child communication. *Development and Psychopathology*, 21(2), 373–392. doi:10.1017/s0954579409000212
- Beck, C. A. J., & Sales, B. D. (2001). *Family mediation: Facts, myths, and future prospects* (Rev. ed.). American Psychological Association.
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Williams, L. J. (2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249–276. doi:10.1006/jvbe.1999.1713
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. doi:10.1038/s41562-018-0307-6
- Frone, M. R. (2016). Work-family conflict: A critical review. *Journal of Occupational Health Psychology*, 21(2), 1–15. doi:10.1037/a0039133
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88. doi:10.5465/amr.1985.4277352
- Hammer, L. B., Kossek, E. E., Anger, W. K., Bodner, T., & Zimmerman, K. L. (2011). Clarifying work-family intervention processes. *Journal of Applied Psychology*, 96(1), 134–150. doi:10.1037/a0020927
- Idris, R. G., & Badzis, M. (2017). Interpersonal behavioural problems in children with hearing impairment: The parental experiences and coping strategies. *International Journal of Education and Research*, 5(10), 223–236. <https://www.ijern.com/journal/2017/October-2017/20.pdf>
- Keyes, C. L. M. (2014). Mental health as a complete state. *Social Indicators Research*, 117(2), 541–556. doi:10.1007/s11205-013-0502-x

- Kossek, E. E., & Lee, K. H. (2017). Work–family conflict and work–life balance. *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*, 1–25. doi:10.1093/acrefore/9780190236557.013.154
- Pratama, R. A., Widyastuti, T., & Nugraheni, R. (2021). Resiliensi dan kesejahteraan psikologis pada perempuan bekerja. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 145–158.
- Rahmawati, D., & Hidayat, R. (2021). Work–life balance sebagai mediator hubungan konflik peran ganda dan psychological well-being pada Polisi Wanita. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 23–35.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. doi:10.1159/000353263
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. doi:10.1007/s10902-006-9019-0
- Safitri, D., & Rahardjo, W. (2022). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada perempuan bekerja. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(1), 34–45.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wijayanti, R., & Lestari, S. (2021). Konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis pada perempuan bekerja. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 10(2), 87–98.
- Yu, K., Lin, W., Wang, L., Ma, J., Wei, W., Wang, H., & Shi, J. (2016). The role of affective commitment and future work self-salience in the abusive supervision–job performance relationship. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 89(1), 28–45. doi:10.1111/joop.1210