

## PERAN HARDINESS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES ISTRI TNI YANG DITINGGAL KE WILAYAH RAWAN KONFLIK

Meilina Wirohati, Muhana Sofiaty Utami

Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

Email: wirohatimeilina@gmail.com, muhana@ugm.ac.id

### Abstrak

Tugas prajurit TNI ke wilayah rawan konflik memberikan pengaruh terhadap kehidupan keluarga terutama pada istri. Selama ditinggal bertugas, istri mengurus keluarga sendirian sehingga rentan mengalami stres. *Hardiness* dan dukungan sosial berperan sebagai pelindung individu dari bahaya dampak negatif stres. Hipotesis penelitian ini adalah *hardiness* dan dukungan sosial anggota Persit Kartika Chandra Kirana berperan terhadap tingkat stres istri TNI yang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Subjek melibatkan 160 orang istri prajurit yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Pengumpulan data menggunakan Skala Stres, *Hardiness*, dan Dukungan Sosial. Hasil analisis dengan regresi ganda menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial organisasi istri TNI secara bersama-sama berperan terhadap stres istri ( $F= 34,446$ ,  $R\text{ Square} = 0,305$ ,  $p<0,01$ ). *Hardiness* dan dukungan sosial memberikan sumbangan efektif terhadap stres sebesar 30,5%. *Hardiness* ditemukan memiliki peran yang lebih besar dalam menurunkan tingkat stres pada istri prajurit.

**Kata kunci:** stres istri TNI; *hardiness*; dukungan sosial

### Abstract

*The duties of TNI soldiers to conflict-prone areas impact family life, especially for their wives. While left on duty, the wife takes care of the family alone, so she is prone to stress. Hardiness and social support act as individual protectors from the adverse effects of stress. This research hypothesizes that the hardiness and social support of Persit Kartika Chandra Kirana members play a role in the stress level of TNI wives who are left on duty to conflict-prone areas. This research uses a quantitative method with a purposive sampling technique. The subjects involved 160 wives of soldiers stranded on duty to conflict-prone regions. They collected data using the Stress, Hardiness, and Social Support Scale. The results of the multiple regression analysis showed that the hardiness and social support of the TNI wife's organization together played a role in the wife's stress ( $F= 34,446$ ,  $R\text{ Square} = 0,305$ ,  $p<0,01$ ). Hardiness and social support provide an effective contribution to stress by 30.5%. Hardiness was found to have a more significant role in reducing stress levels in soldiers' wives.*

**Keywords:** *TNI wife stress; hardiness; social support*

## **Pendahuluan**

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki komitmen untuk ikut berperan aktif dalam menjaga perdamaian dunia seperti yang tercantum di dalam pembukaan UUD 1945 alenia ke empat yakni ikut serta melaksanakan ketertiban dunia yang berdasarkan kemerdekaan, perdamaian abadi, keadilan sosial, serta menerapkan prinsip politik luar negeri yang bebas dan aktif. Kontribusi negara Indonesia diwujudkan dengan pengiriman pasukan Tentara Nasional Indonesia (TNI) ke berbagai negara rawan konflik serta menjadi bagian dari tim pasukan perdamaian di bawah organisasi Persatuan Bangsa - Bangsa (PBB). Selain itu tugas utama dari prajurit TNI menurut Undang - Undang Nomor 3 Tahun 2002 adalah menjaga pertahanan dan keamanan di dalam wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI). Berkaitan dengan tugas tersebut, prajurit TNI harus selalu siap ditugaskan untuk menjaga keamanan negara dari segala bentuk ancaman yang ada.

Prajurit TNI Angkatan Darat (AD) memiliki jumlah pasukan terbesar untuk ditempatkan ke berbagai wilayah rawan konflik. Tuntutan tugas menjaga perdamaian di wilayah rawan konflik, membuat prajurit yang telah berkeluarga tentunya harus meninggalkan istri, anak, dan keluarga. Kondisi tersebut membawa efek terhadap kehidupan keluarga prajurit, terutama bagi istri yang ditinggalkan harus mengemban tanggung jawab yang semakin berat dalam mengurus keluarga dan menghadapi berbagai persoalan rumah tangga sendirian.

Istri TNI AD tergabung di dalam organisasi Persit Kartika Chandra Kirana. Pada tahun 2015 slogan organisasi Persit menyebutkan bahwa setiap anggota persit harus bertransformasi mencerminkan karakter “Wanita Tangguh, Cerdas dan Kreatif”. Persepsi masyarakat tentang istri TNI adalah wanita yang tangguh karena seringkali ditinggal dan siap menanggung resiko atas tugas suami. Namun studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui angket online kepada 25 orang istri prajurit yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik, beberapa responden mengaku pernah mengalami kondisi tekanan terutama saat awal penugasan suami, seperti: merasa kelelahan, rasa kecemasan sewaktu anak sakit, kekhawatiran tentang keselamatan suami, penurunan kesehatan fisik, prasangka terhadap kesetiaan suami, sulit mengambil keputusan, tuntutan harus menjalani peran ganda, perasaan ter tekan ditinggal sewaktu hamil, dan sendirian mengasuh anak - anak yang masih kecil.

Beberapa hasil penelitian menemukan bahwa stres istri menjadi salah satu persoalan gangguan kesehatan psikologis yang banyak terjadi di dalam kehidupan keluarga sehingga turut mempengaruhi kesejahteraan dan kebahagiaan anggota keluarga. Berdasarkan hasil survey oleh Gallup Healthways Well Being Index tahun 2012 di Amerika menemukan bahwa istri yang hanya tinggal di rumah bersama anak - anak lebih banyak mengalami stres, kesedihan, dan emosi yang tidak terkontrol. Sebanyak 43% dari 60.000 istri mengaku dirinya harus berjuang sendirian, dan 3% istri merasakan penderitaan selama ditinggal sendiri bersama anak - anak. Hasil penelitian [Eo dan Kim \(2018\)](#) terhadap istri di beberapa negara Asia yakni di Filipina, Vietnam, dan Korea juga menemukan bahwa istri rentan mengalami stres pengasuhan selama

ditinggal sen dirian. Galbally dan Lewis (2017) mengemukakan bahwa stres pada istri menjadi persoalan serius karena mempengaruhi kesejahteraan kehidupan anggota keluarga termasuk mempengaruhi perkembangan emosi anak - anak. Penelitian di Indonesia menemukan stres pada istri dapat menjadi penyebab munculnya perilaku agresivitas pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh (Margiani, 2013).

Stres pada istri prajurit memiliki tantangan dan karakteristik khusus seperti yang dijelaskan dalam Handbook of Military Psychology (Bowles & Bartone, 2017). Stres yang terjadi karena istri prajurit menghadapi banyak tantangan yang pada akhirnya menguji ketahanan istri untuk tetap bertahan menikah dengan prajurit. Tantangan istri prajurit seperti: perpanjangan lama waktu penugasan, kesulitan mengatasi masalah, dan kebutuhan akan dukungan emosi positif yang tinggi selama mendampingi dinas militer (Bergman, Burdett, & Greenberg, 2014). Permasalahan lain yang dihadapi istri diungkapkan oleh Dandeker, French, Birtles, dan Wessely (2006) bahwa pada istri prajurit di Inggris melakukan usaha yang besar untuk dapat beradaptasi dalam mengambil alih seluruh tanggung jawab keluarga selama ditinggal bertugas sehingga rentan mengalami stres. Penelitian dengan pendekatan studi longitudinal (Martin, J. A., Ickovics, 2015) menemukan istri prajurit berada dalam kondisi tekanan selama menjalani perkawinan dan berada dalam lingkungan kehidupan militer sehingga turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis istri prajurit. Penelitian stres istri prajurit di Indonesia oleh (Damayanti, Ratnawati, & Fevriasanty, 2016) menemukan bahwa sesama rekan istri prajurit memiliki banyak perbedaan baik dari p angkat suami, karakter, dan latar belakang budaya yang berbeda - beda sehingga menuntut kemampuan penyesuaian diri istri. Kegagalan menyesuaikan diri dapat menjadi salah satu penyebab stresor.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua variabel yang mempengaruhi kondisi stres pada individu, yakni *hardiness* dan dukungan sosial (Maddi, 2013); (Taheri, Ahadi, Kashani, & Kermani, 2014); (Segun-Martins & Dennis, 2017). Memiliki daya tahan diri atau *hardiness* dapat membuat seorang individu terlindungi dari berbagai efek negatif stres yang dihadapi (Albery & Munafò, 2008). *Hardiness* juga sebagai faktor pelindung bagi prajurit dan anggota keluarga dalam menghadapi stresor, simptom stres, dan berbagai peristiwa traumatis yang terjadi di kehidupan militer (Escolas, Pitts, Safer, & Bartone, 2013). Penelitian (Orme & Kehoe, 2014) menemukan *hardiness* sebagai variabel yang berperan terhadap penurunan tingkat stres istri prajurit militer Australia selama penempatan suami di wilayah rawan konflik.

Pasangan dan keluarga militer mengalami tekanan selama terpisah dengan suami , sehingga membutuhkan layanan berupa bantuan dari organisasi dan dukungan sesama anggota di lingkungan militer (Link & Palinkas, 2013). Hasil penelitian Van Winkle dan Lipari (2015) menunjukkan bahwa penurunan stres terjadi setelah istri prajurit mulai menunjukkan ketahanan setelah melakukan penyesuaian diri dengan adanya bantuan dari teman di lingkungan militer. Dandeker et al. (2006) menemukan dukungan kelompok berfungsi sebagai '*buffering stress*'. Istri prajurit banyak mengalami

penurunan kesehatan sehingga meminta bantuan dari resimen dalam mencari dukungan secara informal. Istri mengakui bahwa resimen adalah sumber dukungan utama selama penugasan suami yang membuat istri menjadi lebih toleran dan kuat terhadap tekanan. Dukungan dari sesama istri prajurit banyak membantu karena memiliki rasa kesamaan nasib (Padden & Posey, 2013).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *hardiness* dan dukungan sosial anggota Persit Kartika Chandra Kirana berperan terhadap stres istri Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI AD) yang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Hipotesa mayor penelitian ini adalah *hardiness* dan dukungan sosial Persit Kartika Chandra Kirana secara bersama - sama berperan terhadap stres istri TNI yang ditinggal bertugas ke wilayah rawan konflik. Hipotesa minor pertama dalam penelitian ini adalah semakin tinggi *hardiness* maka stres istri TNI semakin rendah, dan semakin rendah *hardiness* maka stres istri TNI semakin tinggi. Hipotesa minor kedua adalah semakin tinggi dukungan sosial Persit Kartika Chandra Kirana maka stres istri TNI semakin rendah, dan semakin rendah dukungan sosial maka stres istri TNI semakin tinggi.

### Metode Penelitian

Variabel penelitian ini dibedakan menjadi dua, yakni variabel dependen (stres istri TNI AD) dan variabel independen (*hardiness* dan dukungan sosial Persit Kartika Chandra Kirana). Subjek penelitian ini terdiri dari 160 orang istri TNI AD yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Kriteria subjek penelitian yaitu istri TNI AD yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik, dan bertempat tinggal di dalam asrama militer.

Metode pengumpulan data menggunakan tiga skala (Skala Stres, Skala Hardiness, dan Skala Dukungan Sosial) yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan konsep teori dan hasil informasi dari Focus Group Discussion (FGD) bersama istri prajurit TNI. Skala Stres memiliki 21 aitem berdasarkan aspek - aspek stres (Sarafino & Smith, 2014) yakni respon fisik dan psikologis (kognitif, afektif, dan psikososial). Skala Hardiness memiliki 16 aitem berdasarkan aspek - aspek hardiness (Maddi, 2013) yakni commitment, control dan challenge. Skala Dukungan Sosial memiliki 19 aitem berdasarkan aspek - aspek dukungan sosial (Lakey & Cronin, 2008) yakni dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Terdapat tiga pilihan alternatif jawaban untuk Skala Stres yakni terdiri dari SS (Sangat Sering), KD (Kadang - Kadang), dan TP (Tidak Pernah). Pemberian skor bergerak dari 2 hingga 0. Sedangkan untuk Skala Hardiness dan Skala Dukungan Sosial menggunakan model Likert dengan 5 pilihan jawaban yakni SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), N (Netral), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Pemberian skor tiap aitem bergerak dari 4 hingga 0. Reabilitas Skala Stres sewaktu uji coba ( $\alpha = 0,903$ ,  $N=112$ ) dan penelitian ( $\alpha = 0,935$ ,  $N=160$ ), Skala Hardiness sewaktu uji coba ( $\alpha = 0,909$ ,  $N=112$ ), dan penelitian ( $\alpha = 0,933$ ,  $N=160$ ), Skala Dukungan Sosial sewaktu

uji coba ( $\alpha = 0,905$ ,  $N=112$ ) dan penelitian ( $\alpha = 0,931$ ,  $N=160$ ). Reabilitas skala disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1**  
Reabilitas Skala

Skala	Uji Coba	Penelitian
Stres	0,903	0,935
<i>Hardiness</i>	0,909	0,933
Dukungan Sosial	0,905	0,931

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa reabilitas ketiga skala tergolong baik ( $\alpha > 0,9$ ).

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial Persit Kartika Chandra Kirana berperan terhadap stres istri TNI (Fregresi = 34,446,  $p < 0,01$ ) dan nilai R Square ( $R^2$ ) = 0,305. Variabel *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif terhadap stres istri TNI sebesar 30,5% (*hardiness* = 19,22%, dukungan sosial Persit = 11,28%), sementara sisanya 69,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak teridentifikasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian mendukung hipotesis mayor dalam penelitian ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *hardiness* teruji dapat memprediksi terjadinya stres pada istri TNI, artinya semakin tinggi *hardiness* maka stres istri semakin rendah, semakin rendah *hardiness* maka stres istri TNI semakin tinggi. Hasil ini mendukung hipotesa minor pertama ( $r = -0,510$ ,  $p < 0,01$ ). Selanjutnya dukungan sosial Persit dapat memprediksi tingkat stres pada istri TNI, artinya semakin tinggi dukungan sosial anggota Persit maka stres istri semakin rendah, semakin rendah dukungan sosial anggota Persit maka stres istri TNI semakin tinggi. Hasil ini mendukung hipotesa minor kedua ( $r = -0,451$ ,  $p < 0,01$ ).

Hasil analisis dengan *anova* satu jalur menunjukkan terdapat perbedaan stres istri ditinjau dari golongan pangkat suami ( $F = 93,838$ ,  $p < 0,01$ ). Selanjutnya uji beda stres dilakukan secara berpasangan antara masing-masing kelompok istri berdasarkan golongan pangkat suami dengan menggunakan analisis *t test*. Berdasarkan hasil analisis *t test* diketahui bahwa stres istri perwira lebih tinggi daripada stres istri bintara (*mean* istri perwira = 38,48, *mean* istri bintara = 30,50,  $t = 18,556$ ,  $p < 0,01$ ). Selanjutnya stres istri perwira lebih tinggi daripada stres istri tamtama (*mean* istri perwira = 38,48, *mean* istri tamtama = 21,75,  $t = 56,834$ ,  $p < 0,01$ ). Selain itu, stres pada istri bintara lebih tinggi daripada stres istri tamtama (*mean* istri bintara = 30,50, *mean* istri tamtama = 21,75,  $t = 28,029$ ,  $p < 0,01$ ).

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial anggota Persit Kartika Chandra Kirana berperan terhadap stres istri TNI. Hasil ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Segun-Martins dan Dennis (2017) terhadap para tenaga pengajar dan (Taheri et al., 2014) pada pasien penderita kanker .

Hal menarik yang menjadi temuan dalam penelitian ini *hardiness* memiliki sumbangan terbesar terhadap stres yakni sebesar 19,22%. Hasil ini mendukung penelitian (Bakhshizadeh, Shiroudi, & Khalatbari, 2013) yang menemukan bahwa *hardiness* terbukti mempengaruhi penurunan stres pada individu yang mengalami depresi. Sadaghiani (2011) menemukan adanya kepribadian tahan banting dapat menurunkan stres, memberikan efek positif terhadap kondisi biologis, reaksi kognitif, dan mental individu. Delahajj, Gaillard, dan van Dam (2010) menemukan bahwa individu yang memiliki daya tahan atau *hardiness* akan mempengaruhi bagaimana cara individu mengatasi situasi stresor yang menekan, mempengaruhi perilaku saat mengatasi permasalahan, menjadikan individu lebih tahan dan kuat sehingga terhindar dari berbagai dampak negatif stres. Tingkat ketangguhan yang tinggi pada individu juga dapat mempengaruhi perkembangan diri dan kesejahteraan psikologis individu (Nayeri & Aubi, 2011). Selanjutnya Park, Lee, Kong, dan Jang (2017) menyatakan bahwa *hardiness* memiliki pengaruh yang kuat terhadap kondisi stres terutama bagi individu yang memiliki stresor akibat perubahan - perubahan yang terjadi dalam kehidupan.

Maddi (2013) menyatakan seseorang dengan *hardiness* yang tinggi tidak mudah menyerah, penuh keyakinan dalam menghadapi berbagai tantangan kesulitan, memberikan makna positif dalam setiap peristiwa, mampu mengontrol berbagai sumber stresor, mengubah stresor negatif menjadi stresor positif, menjadikan setiap tantangan sebagai kesempatan untuk mengembangkan perilaku positif, dan cepat melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan individu dengan *hardiness* yang rendah. Maddi (2013) menekankan bahwa ketangguhan seorang individu membuat dirinya pantang menyerah, dan terlibat aktif melakukan berbagai usaha untuk mengubah kondisi tidak menyenangkan menjadi kesempatan untuk tumbuh lebih baik. Sejalan dengan hal tersebut, Kobasa (dalam Maddi, 2013) juga menegaskan bahwa persepsi terhadap kemampuan diri menghadapi stresor akan menentukan ketahanan dan strategi penanganan terhadap masalah. Daya tahan banting individu tampak dari besarnya usaha yang dilakukan dalam mengatasi persoalan dan sikap positif saat berhadapan dengan berbagai stresor. Individu mampu terhindar dari rasa takut atau kecemasan meski terjadi perubahan dalam hidup, perubahan dimaknai dengan positif sebagai kesempatan untuk terus berkembang.

Berdasarkan hasil *Focus Group Discussion* (FGD), pada istri TNI *hardiness* ditunjukkan dengan adanya rasa keyakinan istri terhadap kemampuan diri dalam menjaga keluarga sendirian, memberikan kepercayaan terhadap kesetiaan suami selama ditinggal bertugas, dan memiliki semangat terlibat aktif dalam berkegiatan sebagai istri prajurit. *Hardiness* pada istri juga membuat istri mampu mengendalikan segala peristiwa maupun stres atau selama ditinggal bertugas oleh suami. Istri memiliki kesiapan mental atas kemungkinan resiko yang bisa saja terjadi selama penugasan suami , dan siap setiap saat ditinggal bertugas. Kontrol istri ditandai dengan adanya kesabaran istri selama mendampingi tugas, serta yakin dapat



mengatasi stresor - stresor yang hadir selama menjadi bagian dari kehidupan militer. *Hardiness* pada istri prajurit juga ditandai dengan keberanian istri menghadapi stresor yang hadir dengan menemukan cara mengatasi stresor lewat mengembangkan sikap dan perilaku positif selama ditinggal bertugas, seperti menjadi lebih inisiatif saat menemukan strategi mengatasi permasalahan dan membuat istri menjadi mandiri selama ditinggal bertugas.

Selain *hardiness*, dukungan sosial anggota Persit Kartika Chandra Kirana juga berperan terhadap stres istri dengan sumbangan efektif sebesar 11,28%. [Woodworth \(2013\)](#) dalam penelitiannya terhadap istri prajurit menunjukkan bahwa adanya kehadiran dukungan sosial merupakan prediktor terhadap penurunan stres sekaligus mempengaruhi peningkatan kesejahteraan para istri prajurit yang ditinggal tugas ke wilayah konflik. Peran dukungan sosial terhadap stres berkesesuaian dengan pendapat yang dikemukakan oleh [Lakey dan Cronin \(2008\)](#) bahwa melalui dukungan sosial, individu merasakan adanya kedekatan, merasa dihargai, perasaan memiliki, dan jalinan hubungan yang dapat dipercaya oleh individu karena bantuan yang diperoleh saat dalam keadaan membutuhkan bantuan baik dari orang lain maupun yang berasal dari kelompok dukungan sosial disekitar individu. Keberadaan dukungan sosial membuat individu merasa nyaman dan memudahkan diri individu dalam melakukan penyesuaian diri ketika berhadapan dengan berbagai situasi yang tidak terduga terjadi. Secara khusus [Skomorovsky \(2014\)](#) menemukan dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan pada pasangan militer, salah satunya adalah dukungan yang diperoleh dari sesama istri prajurit karena dukungan dari sesama istri dirasakan membantu istri dalam melakukan penyesuaian diri selama ditinggal bertugas. Intensitas interaksi dengan sesama komunitas istri membantu istri dalam mengatasi kesepian ([Biedermann, 2017](#)). Selain itu dalam temuan [Green, Nurius, dan Lester \(2013\)](#) menjelaskan bahwa peran dukungan sosial dari sesama istri prajurit berperan membantu istri dalam menurunkan kecemasan dan simptom gangguan kesehatan fisik selama ditinggal bertugas.

Berdasarkan hasil penelitian ini peran dukungan sosial (11,28%) tidak sebesar *hardiness* (19,22%). Hal ini dimungkinkan karena dukungan sosial merupakan faktor eksternal sedangkan *hardiness* merupakan faktor internal individu yang memiliki pengaruh lebih besar. Hasil ini mendukung penelitian [Weiss, Robinson, Fung, Tint, dan ALunsky \(2013\)](#) *hardiness* memiliki peran lebih besar terhadap penurunan tingkat stres dibandingkan dengan dukungan sosial dan efikasi diri pada ibu yang memiliki anak autisme.

Hasil analisis tambahan dengan menggunakan uji beda menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkatan stres pada istri prajurit TNI jika ditinjau berdasarkan golongan pangkat suami. Tingkatan stres tertinggi berdasarkan nilai mean dimiliki oleh istri perwira ( $mean = 38,48$ ), stres istri Bintara ( $mean = 30,50$ ), dan stres terendah pada istri Tamtama ( $mean = 21,75$ ). Menurut [Gallagher \(2013\)](#) status individu didalam kelompok turut mempengaruhi tingkatan stres yang dialami. Sumber stresor pada istri perwira berdasarkan hasil temuan dalam *Focus Group Discussion (FGD)* karena tuntutan pelaksanaan tanggung jawab istri terhadap organisasi, seringnya berpindah tugas, dan tuntutan melakukan penyesuaian diri atas perubahan - perubahan yang terjadi selama mendampingi tugas suami. Sebaliknya stres yang rendah pada istri

tamtama berdasarkan hasil FGD bahwa istri tamtama tidak mengemban tanggung jawab di organisasi, cenderung menetap di wilayah dinas dalam jangka waktu lama, sudah beradaptasi, dan seringnya ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial anggota Persit Kartika Chandra Kirana terbukti berperan terhadap penurunan tingkat stres istri TNI yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. *Hardiness* sebagai faktor internal dari dalam diri individu ditemukan memiliki peran lebih besar dalam menurunkan tingkat stres istri prajurit dibandingkan dengan dukungan sosial.

*Hardiness* dapat menurunkan stres istri selama ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Oleh karena itu bagi istri prajurit yang sedang ditinggal suami bertugas disarankan dapat meningkatkan *hardiness* dengan cara memunculkan rasa percaya diri dalam menjaga keluarga sendirian, berfikir positif dengan memberikan kepercayaan kepada suami selama bertugas, mendampingi suami dengan keikhlasan, menyadari tuntutan tugas suami juga kemungkinan resiko yang dapat terjadi, dan semangat melibatkan diri dalam aktifitas positif di organisasi.

Kehadiran dukungan sosial ditemukan berperan dalam menurunkan tingkat stres istri yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik. Oleh karena itu bagi teman persit disarankan dapat memberikan dukungan kepada istri yang sedang ditinggal suami bertugas dengan cara memberikan bantuan untuk mengatasi persoalan yang sulit diatasi istri selama ditinggal bertugas.

Penelitian ini tidak ter lepas dari keterbatasan karena ketersediaan subjek yang terbatas pada istri prajurit yang sedang ditinggal tugas ke wilayah rawan konflik, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menjangkau subjek penelitian lebih luas agar dapat diperoleh hasil penelitian yang lebih cermat untuk meningkatkan kualitas hasil penelitian. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan informasi tentang berapa kali pengalaman istri ditinggal bertugas yang dapat digunakan sebagai analisis tambahan terkait variabel stres dan *hardiness* pada istri prajurit.



## BIBLIOGRAFI

- Albery, Ian, & Munafò, Marcus. (2008). *Key concepts in health psychology*. Sage. [Google Scholar](#)
- Bakhshizadeh, Adeleh, Shiroudi, Shohreh Ghorban, & Khalatbari, Javad. (2013). Effect of hardiness training on stress and post partum depression. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1790–1794. [Google Scholar](#)
- Bergman, Beverly P., Burdett, Howard J., & Greenberg, Neil. (2014). Service life and beyond–institution or culture? *The RUSI Journal*, 159(5), 60–68. [Google Scholar](#)
- Biedermann, Narelle. (2017). The experiences of Australian military spouses on overseas postings: A qualitative study. *Australian Defence Force Journal*, (202), 53–62. [Google Scholar](#)
- Bowles, Stephen V, & Bartone, Paul T. (2017). *Handbook of military psychology: Clinical and organizational practice*. Springer. [Google Scholar](#)
- Damayanti, Fransiska Erna, Ratnawati, Retty, & Fevriasanty, Fransiska Imavike. (2016). Pengalaman istri tentara (tni-ad) yang tinggal di batalyon saat suami bertugas di daerah rawan konflik. *Jurnal Ilmu Keperawatan: Journal of Nursing Science*, 4(2), 127–144. [Google Scholar](#)
- Dandeker, Christopher, French, Claire, Birtles, Catherine, & Wessely, Simon. (2006). *Deployment experiences of British Army wives before, during and after deployment: satisfaction with military life and use of support networks*. KING'S COLLEGE LONDON (UNITED KINGDOM) DEPT OF WAR STUDIES. [Google Scholar](#)
- Delahaij, Roos, Gaillard, Anthony W. K., & van Dam, Karen. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: Investigating mediating processes. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 386–390. [Google Scholar](#)
- Eo, Yong Sook, & Kim, Ji Soo. (2018). Parenting stress and maternal–child interactions among preschool mothers from the Philippines, Korea, and Vietnam: A cross-sectional, comparative study. *Journal of Transcultural Nursing*, 29(5), 449–456. [Google Scholar](#)
- Escolas, Sandra M., Pitts, Barbara L., Safer, Martin A., & Bartone, Paul T. (2013). The

protective value of hardiness on military posttraumatic stress symptoms. *Military Psychology*, 25(2), 116–123. [Google Scholar](#)

Galbally, Megan, & Lewis, Andrew J. (2017). Depression and parenting: the need for improved intervention models. *Current Opinion in Psychology*, 15, 61–65. [Google Scholar](#)

Green, Sara, Nurius, Paula S., & Lester, Patricia. (2013). Spouse psychological well-being: A keystone to military family health. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 23(6), 753–768. [Google Scholar](#)

Lahey, Brian, & Cronin, Arika. (2008). Low social support and major depression: Research, theory and methodological issues. *Risk Factors in Depression*, 385–408. [Google Scholar](#)

Link, Patrick E., & Palinkas, Lawrence A. (2013). Long-term trajectories and service needs for military families. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 16(4), 376–393. [Google Scholar](#)

Maddi, Salvatore R. (2013). *Turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer. [Google Scholar](#)

Margiani, Kristin. (2013). Stres, dukungan keluarga dan agresivitas pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3). [Google Scholar](#)

Martin, J. A., Ickovics, J. R. (2015). Well Being Of Army Wives: Initial Findings From A Longitudinal Study. *Journal Of Human Stress*, 13(3), 108–115. [Google Scholar](#)

Nayyeri, Mehdi, & Aubi, Somaye. (2011). Prediction well-being on basic components of hardiness. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 1571–1575. [Google Scholar](#)

Orme, Geoffrey J., & Kehoe, E. James. (2014). Hardiness as a predictor of mental health and well-being of Australian army reservists on and after stability operations. *Military Medicine*, 179(4), 404–412. [Google Scholar](#)

Padden, Diane, & Posey, Sheena M. (2013). Caring for military spouses in primary care. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 25(3), 141–146. [Google](#)

Scholar

- Park, Jin Hee, Lee, Eun Nam, Kong, Kyung Ran, & Jang, Moon Jung. (2017). Hardiness mediates stress and impact level in ED nurses who experienced a violent event. *Journal of Emergency Nursing*, 43(6), 539–544. [Google Scholar](#)
- Sadaghiani, Nazila Seyyed Khorasani. (2011). The role of hardiness in decreasing the stressors and biological, cognitive and mental reactions. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2427–2430. [Google Scholar](#)
- Sarafino, Edward P., & Smith, Timothy W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Segun-Martins, Ibirope Opeyemi, & Dennis, Uba Donald. (2017). Hardiness, sensation seeking, optimism and social support as predictors of stress tolerance among private secondary schools teachers in Lagos State. *IFE Psychologia: An International Journal*, 25(2), 366–382. [Google Scholar](#)
- Skomorovsky, Alla. (2014). Deployment stress and well-being among military spouses: The role of social support. *Military Psychology*, 26(1), 44–54. [Google Scholar](#)
- Taheri, Afsaneh, Ahadi, Hasan, Kashani, Farah Lotfi, & Kermani, Rohollah Ahmadzade. (2014). Mental hardiness and social support in life satisfaction of breast cancer patients. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 406–409. [Google Scholar](#)
- Van Winkle, Elizabeth P., & Lipari, Rachel N. (2015). The impact of multiple deployments and social support on stress levels of women married to active duty servicemen. *Armed Forces & Society*, 41(3), 395–412. [Google Scholar](#)
- Weiss, Jonathan A., Robinson, Suzanne, Fung, Stephanie, Tint, Ami, & ALunsky, Yona. (2013). Family hardiness, social support, and self-efficacy in mothers of individuals with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(11), 1310–1317. [Google Scholar](#)
- Woodworth, Jennifer. (2013). *Relationship Between Marine Corps Wives' Stress and Perceived Social Support*. The Chicago School of Professional Psychology. [Google Scholar](#)

---

**Copyright holder:**

Meilina Wirohati, Muhana Sofiaty Utami (2022)

**First publication right:**

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

**This article is licensed under:**

