

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setelah menuntaskan wajib belajar 12 tahun yang berakhir pada jenjang pendidikan menengah, peserta didik dapat melanjutkan pendidikan ke berbagai pilihan pendidikan tinggi yang menyediakan program diploma dan program sarjana yang salah satunya adalah Akademi. Berdasarkan peraturan pemerintah no. 4 tahun 2004 tentang penyelenggaraan pendidikan tinggi dan pengelolaan perguruan tinggi, akademi adalah perguruan tinggi yang menyelenggarakan pendidikan vokasi dalam satu atau beberapa cabang ilmu pengetahuan dan/atau teknologi tertentu. Salah satu akademi yang bisa dipilih oleh peserta didik wanita adalah pendidikan Komando Wanita Angkatan Darat (Kowad). Setelah menempuh pendidikan, peserta didik akan lulus dan langsung bekerja secara profesional sebagai personel Tentara Nasional Indonesia, yaitu Kowad.

Tentara Nasional Indonesia (TNI) sendiri merupakan alat pertahanan negara. Sebagai alat pertahanan negara, TNI berfungsi sebagai penangkal terhadap setiap bentuk ancaman militer dan ancaman bersenjata dari luar dan dalam negeri terhadap kedaulatan, keutuhan wilayah dan keselamatan bangsa, penindak terhadap setiap bentuk ancaman (sebagaimana dimaksud di atas) dan pemulih terhadap kondisi keamanan negara yang terganggu akibat kekacauan keamanan. Dari beberapa fungsi dan tugas pokok dari TNI di atas, terdapat beberapa bagian yang lebih tepat menggunakan tenaga wanita. Untuk itu dibentuklah satuan TNI yang beranggotakan wanita, yaitu Komando Wanita Angkatan Darat (Kowad). (www.korem082.mil.id)

Secara garis besar, Kowad terbagi menjadi dua golongan karir. Golongan pertama ialah bintara dan golongan kedua adalah perwira. Saat pertama kali bergabung menjadi Kowad dan menyelesaikan pendidikan di Pusat Pendidikan Komando Wanita Angkatan Darat, calon akan memiliki pangkat Sersan Dua (Serda) yang merupakan pangkat terendah di golongan bintara (www.tni.mil.id). Salah satu jalur penerimaan Kowad adalah melalui jalur prestasi. Siswi-siswi yang berusia 18-22 tahun dan berprestasi diberbagai bidang seperti seni, olah raga dan bahasa bisa mengikuti proses seleksi untuk menjadi Kowad. Proses seleksi biasanya terdiri dari beberapa penilaian seperti tes jasmani, tes kesehatan, tes psikologi hingga tes akademik. Jika sudah lolos seleksi, maka para calon Kowad akan menjalani pendidikan militer dasar untuk menjadi bintara Kowad di Pusat Pendidikan Komando Wanita Angkatan Darat (Pusdikkowad) yang ada di Bandung.

Pendidikan di Pusdikkowad harus ditempuh selama kurang lebih lima bulan. Para calon Kowad diwajibkan untuk tinggal di asrama Pusdikkowad. Selama pendidikan tersebut calon Kowad harus mengikuti 1000 jam pelajaran yang dijalani selama 5 bulan. Sebanyak 60% kegiatan berupa kegiatan praktik meliputi keterampilan-keterampilan yang dibutuhkan kelak sebagai personel militer di satuan seperti kegiatan pembinaan fisik, latihan menembak hingga latihan halang rintang. Sebanyak 40% kegiatan berkaitan dengan teori meliputi materi-materi militer dasar mengenai administrasi dan strategi militer yang dilakukan di dalam kelas dengan metode pembelajaran satu arah maupun diskusi. Kegiatan dimulai sejak pukul 07.00 sampai 17.00 dan dilakukan setiap hari. Porsi kegiatan praktik lebih besar dibandingkan teori dirancang agar setelah lulus pendidikan calon Kowad dapat langsung mempraktikkan apa yang sudah dipelajari.

Setelah jam kegiatan formal selesai, kegiatan dilanjutkan dengan ekstrakurikuler, ibadah atau belajar malam dan akan berakhir pada pukul 22.00. Calon Kowad juga akan menghadapi ujian. Ujian akan mulai diadakan setelah dua minggu pendidikan dimulai. Ujian akan diadakan setiap kali materi selesai diberikan. Jadwal ujian setiap materi berbeda-beda sehingga sangat memungkinkan jika dalam satu minggu calon Kowad akan mengikuti ujian setiap hari. Nilai minimal yang harus dicapai calon Kowad adalah 65, baik pada materi praktik maupun materi teori. Jika tidak mencapai nilai minimal, maka calon Kowad wajib mengikuti remedial hingga mencapai nilai minimal. Remedial dilakukan diluar 1000 jam formal yang harus diikuti. Remedial biasanya akan dilakukan di malam hari atau di hari Minggu.

Sampai pada minggu ke-8 pendidikan, calon Kowad tidak diizinkan untuk meninggalkan asrama maupun dikunjungi oleh siapa pun termasuk keluarga. Setelah minggu ke-8, calon Kowad baru diberi izin untuk meninggalkan Pudikkowad di hari Minggu atau hari libur nasional. Selama pendidikan, calon Kowad juga tidak diizinkan untuk memegang alat komunikasi apa pun sehingga akses untuk menghubungi keluarga dan kerabat terbatas.

Perubahan yang terjadi ketika masuk dalam pendidikan militer, padatnya kegiatan pendidikan serta tuntutan dan aturan yang mengikat calon bintara Kowad merupakan situasi menekan yang dihayati para calon bintara Kowad. Situasi ini ini berpotensi menimbulkan *stress* bagi para calon bintara Kowad.

Lingkungan kerja militer terutama dalam masa pelatihan atau pendidikan erat dengan beberapa *stressor* seperti pengalaman dikirim ke berbagai tempat, lingkungan kerja yang berbahaya, pelatihan serta periode waktu yang cukup panjang untuk tinggal jauh dari rumah dan keluarga. (Alla Skomorovsky dan Kerry A. Sudom, 2011). *Stressor* lain yang juga dapat muncul

di lingkungan militer yang lebih moderen adalah *isolation*, *ambiguity*, *powerlessness*, *boredom*, *danger* dan *workload* (Paul T. Bartone, 2006).

Isolation merupakan kondisi personel militer harus tinggal jauh dari rumah dan terpisah dengan keluarga serta berada di lingkungan yang memiliki budaya yang berbeda dengan yang dimiliki. Selama pendidikan, calon Kowad akan berpisah dengan keluarganya dan tinggal di Pusdikkowad bersama peserta pendidikan lain yang berasal dari berbagai daerah dengan budaya yang sangat beragam. *Ambiguity* merupakan ketidakjelasan peran yang dimiliki yang merupakan dampak dari perubahan misi yang sering dialami oleh personel militer. Dalam menjalani pendidikan, calon Kowad tidak mengetahui secara jelas apa yang akan dihadapi di hari-hari selanjutnya karena ada banyak ujian dan kegiatan yang bersifat mendadak untuk menguji kesiapan diri sebagai Kowad. *Powerlessness*, sebagai personel militer, harus mengikuti dan patuh terhadap berbagai aturan yang mengikat seperti tidak boleh meninggalkan tempat bertugas, tidak boleh berkomunikasi dengan orang-orang tertentu serta tidak boleh melakukan hal-hal yang sebelumnya biasa dilakukan dengan leluasa. Calon Kowad terikat dengan aturan yang ketat selama mengikuti pendidikan di Pusdikkowad. Seluruh kegiatan sudah diatur dan calon Kowad wajib mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang sudah dibuat.

Boredom muncul ketika personel militer diharuskan untuk tinggal di suatu tempat tertentu dalam waktu yang cukup panjang tanpa tugas yang signifikan yang harus dikerjakan. Dalam masa pendidikan yang berkisar lima bulan, calon Kowad akan berada dalam rutinitas yang padat dan *monotone* dengan rekan yang sama setiap harinya. Kondisi tersebut memungkinkan calon Kowad untuk merasa bosan. *Danger* merupakan ancaman fisik yang sering muncul di lingkungan militer yang dapat menyebabkan cedera bahkan kematian. Dalam hal ini, calon Kowad yang mengikuti pendidikan juga diwajibkan untuk mengikuti latihan fisik,

menembak, dan halang rintang. Kegiatan-kegiatan tersebut berisiko untuk menimbulkan cedera serta padatnya kegiatan juga dapat membuat kondisi fisik calon Kowad melemah. *Workload* merupakan kondisi para personel militer diharuskan untuk melakukan pekerjaan pada waktu kapan pun dan sering kali tanpa istirahat. Kondisi ini sering muncul pada saat pelatihan dan persiapan militer khusus. Calon Kowad memiliki jadwal kegiatan yang sangat padat dan memiliki banyak tuntutan keterampilan yang harus dikuasai dalam waktu lima bulan. Keterampilan-keterampilan tersebut banyak yang belum didapatkan sebelumnya sehingga calon Kowad harus dengan cepat memelajarinya.

Berdasarkan wawancara kepada empat orang siswa calon Bintara Kowad, keempat siswa mengatakan bahwa kesulitan yang dialami adalah menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan yang ada selama masa pendidikan. Calon Kowad dituntut untuk menampilkan perubahan sikap dan keterampilan dari seorang warga sipil menjadi personel militer. Calon Kowad juga dituntut untuk mengikuti kegiatan yang padat dari pagi hingga malam serta bertemu dengan siswa lain dengan latar belakang yang beragam dan dituntut untuk menampilkan kekompakan satu sama lain.

Salah satu *protective factor* yang dimaksud, tidak terkecuali pada personel militer, yang dapat menjadi sumber kemampuan untuk mengalami pertumbuhan psikologis saat berada pada kondisi *stress* dan peristiwa traumatis adalah *hardiness* (Alla Skomorovsky & Kerry A. Sudom, 2011). Maddi dan Khoshaba (2005) melihat *hardiness* sebagai pola-pola khusus dari sikap-sikap dan keahlian-keahlian yang dapat membantu individu untuk menjadi tangguh dengan bertahan dan mengembangkan diri dalam situasi *stress*. *Hardiness* sendiri memiliki tiga sikap yaitu *commitment*, *control* dan *challenge*. *Commitment* merupakan keyakinan individu bahwa seberapa pun buruknya kejadian yang dialami, hal penting yang harus dilakukan adalah tetap terlibat

dengan kejadian tersebut, bukan melakukan *detachment* atau mengasingkan diri. *Control* merupakan keyakinan individu bahwa seberapa pun buruknya kejadian yang dialami, maka harus tetap mencoba untuk mengubah *stress* yang semula berpotensi sebagai keterpurukan menjadi kesempatan untuk bertumbuh. *Challenge* merupakan keyakinan individu bahwa hidup penuh dengan keadaan yang *stressful* dan melihat kondisi *stressful* sebagai peluang untuk menumbuhkan kebijaksanaan dan kemampuan dengan segala yang sudah dipelajari dan mengubahnya menjadi sebuah keuntungan. (Maddi, 2013)

Individu yang *hardy*, memberi nilai yang tinggi terhadap hidup dan komitmen kerjanya, memiliki perasaan control yang lebih besar dan lebih terbuka terhadap perubahan dan tantangan dalam kehidupannya, menilai kondisi *stressful* dan *painful* sebagai hal yang normal, bagian dari hidup yang secara keseluruhan berarti dan bermanfaat. (Paul T. Bartone, 2006). Hal ini serupa dengan yang disampaikan oleh 2 orang Pembina Kowad. Menurutnya, karakter yang dimiliki oleh para peserta pendidikan ini sangat beragam. Beberapa peserta aktif dan pintar, sebagian tidak terlalu menonjol dan sisanya ada pula yang malas dan keras kepala. Untuk itu, menurutnya, karakter yang dibutuhkan oleh Kowad untuk bisa menyelesaikan pendidikan sesuai dengan standar yang ditetapkan adalah bermental kuat, sehat secara fisik, mengikuti pendidikan karena kemauan sendiri dan mendapat dukungan dari orang-orang terdekat seperti keluarga. Menurut keempat siswa yang telah diwawancarai, calon Kowad mampu menjalani pendidikan sampai tahap akhir karena masing-masing berusaha untuk tetap mengikuti setiap kegiatan yang telah dijadwalkan meskipun dirasa sulit. Calon Kowad berusaha menyesuaikan diri dengan jadwal yang telah ditetapkan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada sekelompok *Canadian Air Force* membuktikan bahwa *hardiness* berhubungan secara positif dan signifikan dengan kesejahteraan

psikologis. Dalam hal ini *hardiness* dapat memberi dampak secara langsung terhadap kesejahteraan psikologis dalam kondisi *stress* maupun memberi dampak tidak langsung pada kesehatan melalui perubahan perilaku sehat dan penggunaan *coping* yang adaptif terhadap *stress* (Alla Skomorovsky dan Kerry A. Sudom, 2011).

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi pencapaian secara utuh potensi psikologis yang dimiliki oleh individu (Ryff 1989 dalam Carr, 2004). Kesejahteraan psikologis terdiri atas enam dimensi yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth*. *Self-acceptance* merupakan evaluasi positif individu mengenai dirinya di masa sekarang dan dimasa lalu. *Environmental mastery* merupakan kemampuan individu untuk memilih atau membuat kondisi lingkungan yang sesuai untuk dirinya. *Purpose in life* merupakan keyakinan individu bahwa hidup yang ia jalani memiliki tujuan dan makna. *Positive relations with others* merupakan kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang berkualitas dengan orang lain. *Personal growth* merupakan kapasitas individu untuk mengatur hidupnya dan lingkungan disekitarnya secara efektif. *Autonomy* merupakan kemampuan *self-determination* yang dimiliki oleh individu. (Ryff dan Keyes 1995). Bagaimana calon Kowad menilai potensi yang dimiliki dan seberapa optimal potensi tersebut sudah digunakan akan berpengaruh terhadap performa selama menjalani pendidikan dasar di Puskowad tersebut. Kesadaran akan potensi ini diharapkan akan mendorong calon Kowad untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki terutama dalam upaya menghadapi kondisi pendidikan yang kerap penuh dengan *stressor*.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada empat orang siswa calon Kowad, di tengah-tengah kepadatan kegiatan dan sulitnya untuk memenuhi tuntutan pendidikan, sebagai peserta pendidikan tetap bisa menemukan hal yang dihayati menyenangkan. Ketiga siswa calon

bintara Kowad menghayati pendidikan menyenangkan karena adanya kebersamaan. Peserta pendidikan merasa menjadi dekat dengan sesama peserta didik, pembina serta pelatih. Hubungan yang saling membantu dan hangat satu sama lain menjadi penyemangat dalam menjalani masa pendidikan yang berat. Satu orang siswa calon Kowad menghayati pendidikan menyenangkan karena kegiatan selama pendidikan itu sendiri. Sebagaimana dijelaskan diatas bahwa selama masa pendidikan banyak kegiatan dan keterampilan baru yang perlu dilakukan dan dikuasai oleh siswa calon bintara Kowad. Meskipun menghadapi kesulitan, ia merasa kegiatan yang dijalani selama masa pendidikan tersebut merupakan kegiatan yang baru sehingga membuatnya tertarik dan bersemngat untuk mencoba dan mengikuti kegiatan-kegiatan kemiliteran tersebut baik teori maupun praktiknya.

Berdasarkan penjabaran mengenai fenomena di atas, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Hardiness* dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Calon Bintara Kowad di Pusdikkowad Bandung”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti ingin mengetahui seberapa kuat hubungan antara *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintara Kowad di Pusdikkowad Bandung. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui hubungan antara masing-masing sikap *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintara Kowad di Pusdikkowad Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah ingin melihat gambaran *hardiness* dan kesejahteraan psikologis.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dibuat untuk memperoleh gambaran mengenai seberapa kuat hubungan *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintanga Kowad di Pusdikkowad Bandung serta gambaran mengenai hubungan masing-masing sikap *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintanga Kowad di Pusdikkowad Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoretis

Kegunaan teoretis dari penelitian ini antara lain :

- 1) Memberikan sumbangan bagi Psikologi Kepribadian dan Psikologi Positif yang berkaitan dengan pengetahuan mengenai hubungan kepribadian *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintanga Kowad di Pusdikkowad Bandung.
- 2) Memberikan masukan bagi Psikologi Militer yang berkaitan dengan *hardiness* dan kesejahteraan psikologis pada siswa calon bintanga Kowad di Pusdikkowad Bandung.

1.4.2 Kegunaan Praktis

Kegunaan praktis dari penelitian ini antara lain :

- 1) Memberikan informasi kepada para calon bintara Kowad mengenai kepribadian *hardiness* dan kesejahteraan psikologis agar dapat mendukung untuk menjalani masa pendidikan.
- 2) Memberikan informasi bagi pendidik dan pelatih pendidikan calon bintara di Pusdikkowad Bandung mengenai kepribadian *hardiness* dan kesejahteraan psikologis, untuk mengembangkan diri melalui perancangan pendidikan di Pusdikkowad tersebut.

1.5 Kerangka Pemikiran

Calon Kowad yang menjalani pendidikan calon bintara di Pusdikkowad Bandung memiliki tuntutan-tuntutan yang harus dipenuhi agar bisa lulus pendidikan. Pendidikan yang dijalani selama lima bulan dihayati Kowad sebagai kondisi yang berat. Hal spesifik yang dihayati berat oleh Kowad adalah padatnya kegiatan yang harus diikuti setiap harinya mulai dari pagi hingga malam. Kegiatan yang dijalani pun sangat beragam mulai dari pelajaran teori, pengembangan karakter serta latihan fisik. Padatnya kegiatan tersebut berbeda dengan rutinitas yang dijalani sebelum memasuki pendidikan calon bintara, sehingga dirasakan sebagai perubahan yang mengganggu sekaligus dihayati sebagai situasi *stressful*. Meskipun demikian, calon Kowad harus bisa bertahan mengatasi kondisi yang berat ini. Salah satu faktor yang bisa membantu calon Kowad dalam mengatasi situasi *stress* tersebut adalah kepribadian *hardiness*.

Hardiness merupakan pola-pola khusus dari sikap-sikap dan keahlian-keahlian yang dapat membantu individu untuk menjadi tangguh dengan bertahan dan mengembangkan diri

dalam situasi *stress* (Maddi dan Khoshaba, 2005). Dengan memiliki kepribadian *hardiness* ini calon Kowad yang menghayati padatnya kegiatan sebagai kondisi *stressful* bisa mengubah kondisi *stress* menjadi kesempatan untuk mengembangkan diri selama menjalani pendidikan. Calon Kowad juga mampu untuk menjalani pendidikan dengan tangguh dan bisa bertahan menyelesaikan pendidikan sampai berakhirnya masa pendidikan yaitu selama lima bulan.

Hardiness tersusun atas tiga sikap yaitu *commitment*, *control* dan *challenge*. *Commitment* merupakan keyakinan individu tentang seberapa pun buruknya kejadian yang dialami, hal penting yang harus dilakukan adalah tetap terlibat dengan kejadian tersebut daripada melakukan *detachment* atau mengasingkan diri (Maddi dan Khoshaba, 2005). Dalam menjalani pendidikan yang didalamnya terdapat situasi yang *stressful*, calon Kowad yakin bahwa seberapa pun padatnya kegiatan pendidikan yang dijalani, tetap memiliki keinginan untuk terlibat dalam seluruh kegiatan pendidikan tersebut. Dengan memiliki sikap *commitment* yang tinggi, calon Kowad akan tetap terlibat dengan menampilkan kemampuan terbaiknya serta tetap melanjutkan melakukan usaha-usaha tanpa mempedulikan seberapa pun beratnya situasi yang dijalani. Calon Kowad juga tidak berpikir untuk menarik diri atau mengasingkan diri dari berbagai kegiatan selama pendidikan.

Sikap kedua dalam *hardiness* adalah *control*. *Control* merupakan keyakinan individu berupa rasa percaya bahwa seberapapun buruknya kejadian yang dialami, harus tetap mencoba untuk mengubah *stress* sebagai potensi keterpurukan menjadi kesempatan untuk bertumbuh (Maddi dan Khoshaba, 2005). Dalam hal ini, saat calon Kowad tengah menjalani pendidikan, sikap yang diwarnai oleh *control* memberikan rasa yakin untuk tetap dan terus mencoba sehingga keadaan yang berpotensi menimbulkan *stress* dan keterpurukan akan berubah menjadi

peluang untuk berkembang. Di balik situasi *stressful* akibat padatnya kegiatan pendidikan, akan diusahakan menjadi kesempatan untuk menata masa depan yang lebih baik.

Sikap ketiga dalam *hardiness* adalah *challenge*. *Challenge* merupakan keyakinan individu bahwa hidup penuh dengan keadaan yang *stressful* dan melihat kondisi *stressful* tersebut sebagai tantangan untuk menjadi lebih baik melalui kegiatan pendidikan (Maddi dan Khoshaba, 2005). Dengan memiliki sikap ini, calon Kowad akan melihat kondisi *stressful* di masa pendidikan adalah hal yang wajar terjadi dalam kehidupan dan calon Kowad akan memanfaatkan kondisi ini untuk pengembangan dirinya. Calon Kowad juga akan melihat kondisi *stressful* sebagai kesempatan yang besar untuk mengembangkan diri bukan sebagai kondisi yang menghilangkan kebahagiaannya.

Ketiga sikap *hardiness* ini memberikan individu keinginan dan dorongan untuk menghadapi perubahan-perubahan yang mengganggu (Maddi dan Khoshaba, 2005). Dengan ketiga sikap *hardiness* yang tinggi tersebut, calon Kowad yang mengikuti pendidikan diharapkan mampu tetap mengikuti pendidikan hingga di akhir program, mengatasi kesulitan selama pendidikan dengan mengusahakan perubahan-perubahan serta mengembangkan diri di dalamnya.

Individu dengan *hardiness* yang rendah atau individu yang *vulnerable* akan menampilkan perilaku yang berbeda dibandingkan dengan individu yang *hardy*. Individu yang *vulnerable* memiliki kecenderungan untuk melebih-lebihkan dampak perubahan yang *stressful* terhadap dirinya. Dalam situasi *stressful*, individu yang *vulnerable* akan merasa diri sebagai korban yang diekspresikan ke dalam perilaku mengeluh serta menyalahkan orang lain atas masalah-masalah yang dihadapi (Maddi dan Khoshaba, 2005). Seperti yang dijelaskan sebelumnya, calon Kowad yang memiliki ketiga sikap *hardiness* yang tinggi akan bersemangat dan terdorong untuk mendapatkan manfaat dari setiap perubahan meski ia menghadapi situasi *stressful*. Sebaliknya,

calon Kowad yang tidak memiliki sikap *hardiness* yang tinggi bersikap penuh rasa takut dan rapuh, tanpa memiliki kekuatan atau dorongan untuk menghadapi situasi *stressful*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada sekelompok *Canadian Airforce*, *hardiness* menunjukkan hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis (Alla Skomorovsky dan Kerry A. Sudom, 2011). Individu dengan kepribadian *hardiness* akan menghargai diri dan segala sesuatu yang dilakukannya, memiliki makna dan tujuan dalam kehidupan, serta percaya bahwa dirinya mampu memengaruhi arah dari peristiwa-peristiwa di dalam kehidupan. Pada akhirnya, individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki perasaan mampu menguasai diri dan dapat menghadapi masalah dengan rasa percaya diri sehingga berhasil menemukan solusi-solusi efektif (Alla Skomorovsky dan Kerry A. Sudom, 2011). *Hardiness* bukan hanya berhubungan dengan kerentanan yang rendah terhadap perubahan psikologis negatif, namun rentan juga terhadap perubahan positif yang tinggi. Kenyataan ini menandakan bahwa *hardiness* berperan sebagai protektor dan sumber daya yang dapat mendorong individu untuk mengalami pertumbuhan psikologis di tengah-tengah situasi *stressful* dan peristiwa traumatis (Alla Skomorovsky dan Kerry A. Sudom, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Cerezo dan kawan-kawan (2015) terhadap jurnalis di Filipina menemukan bahwa *hardiness* memiliki peran yang penting terhadap kesejahteraan psikologis. Dalam situasi *stressful*, *hardiness* memampukan individu untuk tidak menyerah dan karenanya mampu menghadapi situasi *stressful*, menyusun solusi dan memilih solusi untuk mengatasi situasi *stressful* tanpa terlalu terpengaruh dan menanggapi secara emosional situasi tersebut. Melalui kepribadian *hardiness*, calon Kowad mampu selayaknya tidak menyerah dan karenanya menghadapi situasi *stressful* serta terdorong untuk menumbuhkan kesejahteraan psikologis dalam situasi tersebut.

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi pencapaian secara utuh dari potensi psikologis yang dimiliki oleh individu. Seorang calon Kowad yang sejahtera secara psikologia berarti merasa puas terhadap pencapaiannya selama menjalani pendidikan. Menurut Ryff (1995), kesejahteraan psikologis dilihat dari enam dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth*.

Self-acceptance merupakan dimensi yang merujuk pada karakteristik mengenai kemampuan individu melakukan penerimaan diri yang ditandai dengan kemampuan untuk menerima diri apa adanya, mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya serta memiliki sikap positif terhadap masa lalunya. Calon Kowad yang bisa menerima berbagai aspek didalam dirinya baik kualitas yang baik maupun kualitas yang buruk serta merasakan emosi-emosi positif mengenai kehidupannya dimasa lalu merupakan calon Kowad yang dapat bersikap positif pada dirinya. Menurut Ryff (1989), sikap-sikap tersebut menandakan individu yang memiliki kemampuan *self-acceptance* yang tinggi. Sebaliknya, kemampuan *self-acceptance* yang rendah ditandai dengan calon Kowad yang merasakan ketidakpuasan pada dirinya, merasakan kekecewaan pada apa yang terjadi dimasa lalunya, mengahayati kualitas diri tertentu yang dimiliki sebagai masalah serta calon Kowad berharap dirinya merupakan seseorang yang berbeda dari sebagaimana dirinya sekarang.

Dimensi *positive relations with others* merujuk pada kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal yang hangat dan penuh rasa percaya, memiliki rasa empati yang besar serta afeksi yang mendalam, mampu mencintai orang lain, membangun persahabatan yang mendalam serta indentifikasi yang lebih utuh terhadap orang lain. Calon Kowad yang memiliki kemampuan membangun *positive relations with others* yang tinggi akan memiliki hubungan dengan orang lain yang hangat, puas dan berdasarkan atas kepercayaan. Calon Kowad

juga peduli akan kesejahteraan orang lain, mampu berempati, memberikan afeksi serta menjalin kedekatan. Calon Kowad juga memahami konsep *'give and take'* dalam hubungan manusia. Sebaliknya, calon Kowad yang memiliki kemampuan membangun *positive relations with others* yang rendah ditandai dengan memiliki hanya beberapa hubungan yang dekat dan penuh rasa percaya dengan orang lain, menemukan kesulitan jika harus bersikap hangat, terbuka dan mempedulikan orang lain, terisolasi dan frustrasi dalam hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi untuk mempertahankan ikatan yang penting dengan orang lain.

Dimensi *autonomy* merujuk pada kemampuan individu untuk menentukan pilihan bagi dirinya, independen dan mampu mengatur tindakannya sendiri. Calon Kowad yang memiliki kemampuan *autonomy* yang tinggi akan mampu menentukan dan memilih arah perilakunya secara independen, mampu menahan tekanan sosial untuk berpikir dan berperilaku tertentu, mampu meregulasi tindakannya dan mengevaluasi dirinya berdasarkan standar pribadinya sendiri. Sebaliknya, calon Kowad yang memiliki kemampuan *autonomy* yang rendah akan mempedulikan harapan-harapan dan evaluasi-evaluasi dari orang lain, bersandar pada penilaian orang lain dalam membuat keputusan-keputusan yang penting serta menyesuaikan cara berpikir dan berperilaku terhadap tekanan dari sosial.

Dimensi *environmental mastery* merujuk pada kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang layak untuk kondisi jiwanya. Calon Kowad yang memiliki kemampuan *environmental mastery* yang tinggi akan merasa bahwa ia bisa menguasai dan memiliki kompetensi dalam mengatur lingkungan, mengontrol aktivitas dengan susunan yang kompleks, menggunakan kesempatan secara efektif serta mampu memilih atau menciptakan konteks lingkungan yang sesuai dengan nilai dan kebutuhan dirinya. Sedangkan calon Kowad yang memiliki kemampuan *environmental mastery* yang rendah akan mengalami kesulitan dalam

mengatur urusan sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau memperbaiki konteks lingkungan disekitarnya, tidak menyadari kesempatan-kesempatan yang ada disekitarnya serta kurang memiliki rasa bahwa ia bisa mengontrol dunia luar.

Dimensi *purpose in life* merujuk pada kemampuan individu yang berkontribusi pada perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan hidup dan keyakinan bahwa hidup ini bermakna. Calon Kowad yang memiliki kemampuan *purpose in life* yang tinggi akan memiliki tujuan didalam hidupnya dan memiliki arah, merasakan makna atas hidupnya sekarang dan hidupnya di masa lalu, memegang kepercayaan-kepercayaan yang memberi makna dalam hidup, memiliki sasaran dan objektif untuk hidup. Sebaliknya, calon Kowad yang memiliki kemampuan *purpose in life* yang rendah akan memiliki perasaan yang rendah atas hidup, memiliki beberapa tujuan dan sasaran, kurang terarah, tidak melihat tujuan dari hidupnya dimasa lalu serta tidak memiliki kepercayaan yang membuat hidupnya bermakna.

Dimensi *personal growth* merujuk pada kemampuan mengembangkan potensi dirinya, untuk tumbuh dan mengembangkan dirinya sebagai individu. Calon Kowad yang memiliki kemampuan *personal growth* yang tinggi akan memiliki perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sebagai individu yang bertumbuh, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kesadaran akan potensi dirinya, melihat peningkatan didalam diri dan perilakunya dari waktu ke waktu, berubah dengan merefleksikan *self-knowledge* dan secara efektif. Sementara calon Kowad dengan kemampuan *personal growth* yang rendah akan merasakan stagnasi dalam pengembangan dirinya, memiliki rasa yang kurang bisa untuk meningkatkan serta mengembangkan dirinya dari waktu ke waktu, merasa bosan dan tidak tertarik pada kehidupan, merasa tidak mampu untuk mengembangkan sikap-sikap atau perilaku-perilaku baru.

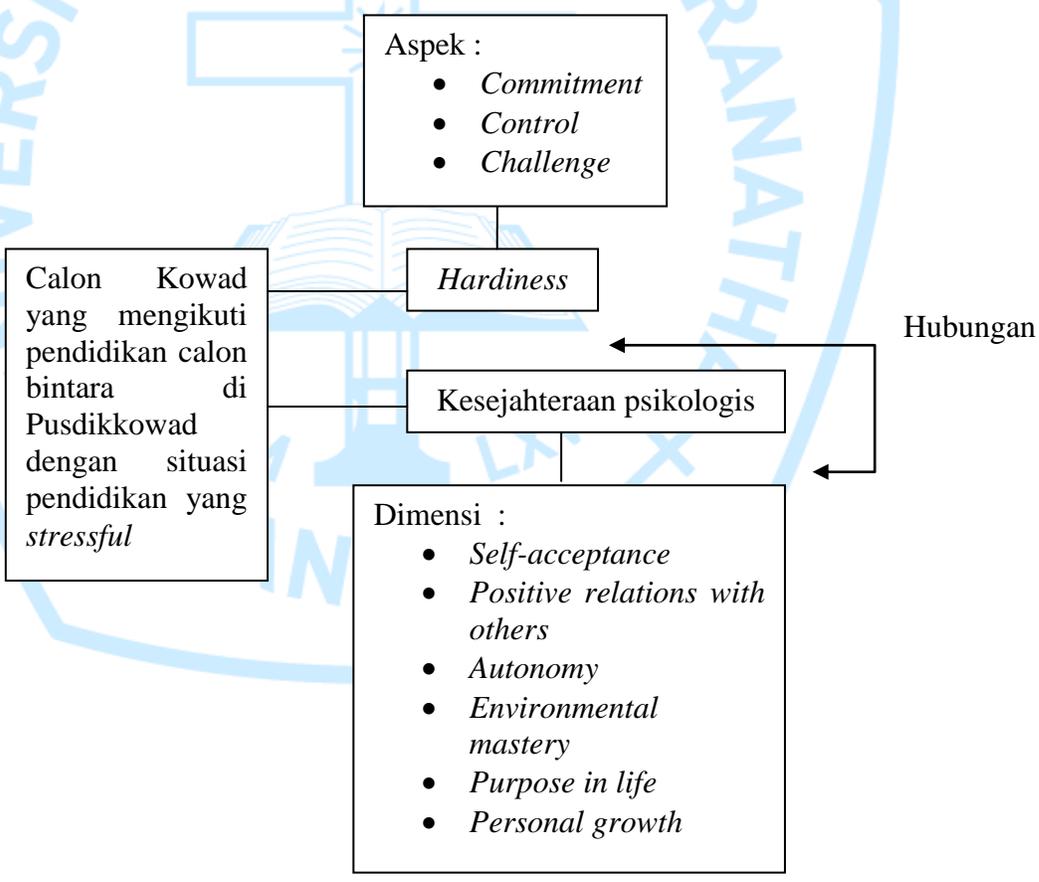
Dengan memiliki ketiga sikap yang mencerminkan kepribadian *hardiness*, calon Kowad akan mampu bertahan dalam situasi pendidikan yang dinilai *stressful*. Selama mengikuti pendidikan tersebut, calon Kowad juga mampu menumbuhkan kesejahteraan psikologis dirinya. Melalui sikap *commitment* yang dimiliki oleh calon bintanga Kowad selama masa pendidikan akan membantu menumbuhkan kesejahteraan psikologis. Calon bintanga Kowad yang tetap bertahan melakukan rangkaian kegiatan akan memiliki tujuan yang ingin dicapai selama masa pendidikan. Melalui kegiatan yang diikuti, calon Kowad juga akan mengenal serta menerima kelebihan dan kekurangan dirinya selama masa pendidikan. Calon Kowad yang tetap melakukan rangkaian kegiatan pendidikan juga akan memiliki kesempatan yang lebih banyak dalam berinteraksi dengan rekan, pendidik maupun pelatih sehingga calon bintanga Kowad memiliki kesempatan lebih banyak untuk membangun hubungan yang hangat dengan orang lain.

Melalui Sikap *control* yang dimiliki oleh calon bintanga Kowad juga akan membantu menumbuhkan kesejahteraan psikologis selama masa pendidikan. Calon Kowad akan mampu untuk mandiri dalam melakukan tugas dan kewajibannya selama masa pendidikan. Calon Kowad juga merasa mampu untuk menguasai berbagai aktivitas di lingkungannya serta memanfaatkan kesempatan yang ada.

Melalui sikap *challenge* yang dimiliki oleh calon bintanga Kowad akan membantu menumbuhkan kesejahteraan psikologis selama masa pendidikan. Calon Kowad akan yang merasa tertantang selama masa pendidikan akan merasa bahwa ia mengalami perkembangan, ia mendapatkan pengetahuan dan keterampilan yang baru selama mengikuti masa pendidikan yang sulit tersebut.

Sebaliknya, calon Kowad dengan kepribadian *hardiness* yang rendah atau *vulnerable* akan mengalami kesulitan untuk bertahan dalam masa pendidikan yang *stressful*. Calon Kowad

akan kesulitan dalam menerima kekurangan dirinya selama masa pendidikan dan menyalahkan dirinya akan kekurangan tersebut. Calon kowad akan kesulitan untuk memiliki hubungan yang hangat dengan sesama peserta pendidikan, pelatih dan pengasuh. Calon Kowad juga akan bergatung pada penilaian orang lain mengenai kualitas dirinya selama pendidikan dan tidak memiliki prinsip dalam bertingkah laku. Calon Kowad juga akan merasa dirinya tidak mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi di lingkungan pendidikan. Dalam situasi pendidikan yang *stressful*, calon Kowad juga akan menilai situasi tersebut hanya sebagai situasi yang menekan baginya, calon Kowad akan kesulitan menangkap makna dari masa pendidikan yang dijalani. Calon Kowad juga merasa tidak mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya selama masa pendidikan.



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik asumsi sebagai berikut :

- 1) Situasi pendidikan calon bintara Kowad yang padat dan berisi berbagai tuntutan berupa kemampuan praktik dan teori dasar kemiliteran merupakan situasi yang dihayati *stressful* bagi peserta pendidikan dan dalam situasi tersebut dibutuhkan kepribadian *hardiness*.
- 2) *Hardiness* yang tersusun atas sikap *commitment*, *control* dan *challenge* memberikan peluang peserta pendidikan untuk tangguh menjalani situasi pendidikan yang melelahkan.
- 3) Apabila peserta pendidikan memiliki sikap *commitment*, *control* dan *challenge* yang tinggi maka peserta pendidikan memiliki kepribadian *hardiness*.
- 4) Peserta pendidikan yang *hardy* dalam menjalani situasi pendidikan yang berat dan menekan akan membantunya dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis.

1.7 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Terdapat hubungan yang kuat antara *hardiness* dan kesejahteraan psikologis
- b. Terdapat hubungan yang kuat antara *commitment* dan kesejahteraan psikologis
- c. Terdapat hubungan yang kuat antara *control* dan kesejahteraan psikologis
- d. Terdapat hubungan yang kuat antara *challenge* dan kesejahteraan psikologis