

Subjective Well-Being Pada Polwan di Polrestabes Surabaya Ditinjau Dari Status Perkawinan

Maya Dwi Andriani

1511505312

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

mayadwiandriani@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the differences in Subjective Well-Being among married and unmarried Policewomen at Surabaya Polrestabes. This research uses quantitative methods with the hypothesis that there are differences in subjective well-being between married and unmarried policewomen. The sample of this study was Policewomen in Surabaya Policerestabes. Participants in this study were 155 participants. Based on the results of the analysis using Mann-Whitney showed a significant korfisien differences in subjective Well-Being on Policewomen who are married and not married at the Polrestabes Surabaya. The data in this study were analyzed by categorizing the research subjects and the results obtained were differences in subjective well-being in married policemen showed a low level of subjective well-being, in policewomen who were not married showed a level of subjective well-being high.

Keywords: *Subjective Well-Being, Police women*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan Subjective Well Being pada Polwan yang sudah menikah dan belum menikah di polrestabes Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan hipotesis ada perbedaan subjective well being antara polwan yang sudah menikah dan belum menikah. Sampel penelitian ini adalah Polwan di polrestabes Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 155 partisipan. Berdasarkan hasil analisis menggunakan *Mann-Whitney* menunjukkan koefisien yang signifikan perbedaan subjective Well Being pada Polwan yang sudah menikah dan belum menikah di polrestabes Surabaya. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan melakukan kategorisasi terhadap subjek penelitian dan diperoleh hasil adanya perbedaan subjective well-being pada polwan yang sudah menikah menunjukkan tingkat subjective well being yang rendah, polwan yang belum menikah menunjukkan tingkat subjective well being yang tinggi.

Kata kunci : Subjective Well-Being, Polisi wanita

Pendahuluan

Sepanjang kehidupan manusia pasti memiliki kebutuhan. Kebutuhan untuk memenuhi kehidupan sangatlah beragam. Salah satu hal yang dapat dilakukan manusia untuk memenuhi kebutuhan hidup adalah dengan bekerja. Manusia bekerja memiliki berbagai tujuan. Tujuan utama seseorang bekerja untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal.

Tujuan bekerja yang lebih tinggi adalah untuk berkarir atau mengembangkan diri. Pekerjaan yang dilakukan oleh manusia dapat mempengaruhi bagaimana manusia dapat memenuhi kebutuhan hidup. Perlu diketahui beberapa individu memilih pekerjaan tidak sesuai dengan kehendak, namun dengan adanya kebutuhan hidup yang harus dipenuhi maka individu akan tetap mengambil pekerjaan tersebut. Banyak juga individu bekerja serta senang terhadap pekerjaannya, hal tersebut akan memperlihatkan berbagai macam perilaku yang mencerminkan kesenangannya. Senang terhadap pekerjaan yang dilakukan dapat diartikan sebagai kenyamanan dan kebersyukuran terhadap pekerjaan tersebut.

Seiring dengan berkembangnya zaman, emansipasi wanita bukanlah hal yang asing lagi untuk didengar. Berbeda dengan wanita zaman dulu, dimana pada zaman dulu wanita hanya dijadikan sebagai pelengkap kaum pria. Tugas kaum wanita pada zaman dulu tidak jauh dari sekedar mengurus rumah tangga. Ketika wanita masih lajang hanya menurut yang dikatakan oleh ayahnya dan ketika sudah menikah hanya menurut kepada suami. Berkat adanya emansipasi wanita dan globalisasi pada masa sekarang tidak hanya laki-laki atau suami yang bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga, perempuan atau seorang istri ikut berperan dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga dengan cara bekerja. Eksistensi perempuan saat ini tidak hanya meningkatkan untuk penghasilan karena tuntutan ekonomi keluarga. Perempuan memiliki beberapa potensi dibanding dengan laki-laki yang juga tidak kalah, baik dari segi intelektual, kemampuan, maupun keterampilan. Salah satu pekerjaan yang identik dengan kaum pria namun saat ini juga dapat dilakukan oleh perempuan adalah menjadi seorang Polisi Wanita (Polwan).

Polisi wanita mengemban tugas dan tanggung jawab yang sama dengan polisi laki laki sesuai dengan Undang-undang No. 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia. Undang-undang No. 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia dijelaskan bahwa fungsi kepolisian adalah salah satu fungsi pemerintahan negara dibidang pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat, penegak hukum, perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat. Selain itu di dalam Undang- undang Kepolisian No. 2 Tahun 2002 juga dijelaskan bahwa visi Polri yaitu Polri mampu menjadi pelindung, pengayom dan pelayan masyarakat, serta sebagai aparat penegak hukum yang profesional dan proporsional yang selalu menjunjung tinggi hak asasi manusia, pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat, serta mewujudkan keamanan dalam negeri sehingga menciptakan kehidupan nasional yang demokratis dan masyarakat yang sejahtera. Sedangkan tugas pokok sebagai anggota Polri yaitu memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat.

Ketika melaksanakan tugas Polwan dituntut untuk menaati peraturan yang ada dalam organisasi Kepolisian, salah satunya tentang jam kerja yang harus dipenuhi oleh masing-masing anggota Polri. Ketika kegiatan seperti operasi ketupat, operasi lilin dan yang saat ini masih berlangsung yaitu operasi matap brata pada saat pemilu, hampir seluruh personel kepolisian tanpa terkecuali di terjunkan langsung untuk melaksanakan tugas pengamanan. Tuntutan pekerjaan lebih dominan dari keluarga. Sebagai anggota Polwan yang telah menikah selain memiliki tuntutan dalam pekerjaan, serta kewajiban sebagai ibu rumah tangga. Tuntutan dari keluarga baik suami, anak, ataupun orangtua yang merasa tidak nyaman karena sebagean besar waktu dihabiskan di kantor, sehingga ada tuntutan untuk meluangkan waktu secara lebih berkualitas di dalam lingkungan keluarga, hal tersebut memicu adanya stres yang akan berpengaruh pada kinerja seorang polwan. Profesi sebagai polisi wanita memiliki beban yang lebih berat dibandingkan dengan pekerjaan lainnya, misalnya

profesi sebagai guru atau PNS yang memiliki waktu kerja yang statis. Bekerja sebagai anggota Polwan menuntut kita untuk selalu siap dalam kondisi apapun, kapanpun dan dimanapun ketika kita mendapatkan panggilan dari komandan maka harus dilaksanakan tanpa peduli waktu dan tempat.

Setiap anggota polisi wanita diharapkan mampu menjadi teladan yang baik bagi siapapun, yaitu menjalankan aturan-aturan yang berlaku, memelihara keamanan, menjaga ketentraman dan penegakan hukum sesuai dengan tugasnya. Profesionalitas dalam pekerjaan ini sangat diperlukan untuk mempunyai moral yang baik, mampu menjaga citra dan selalu mengembangkan diri sesuai dengan perubahan dinamika yang ada. Pada sisi lain kewajiban sebagai seorang istri sekaligus ibu rumah tangga dan sebagai anak juga harus diperhatikan. Kondisi seperti ini dapat terjadi dikarena pada dasarnya, wanita berperan ganda menjadi wanita yang memiliki peran sebagai wanita pekerja dengan tujuan mendatangkan suatu kemajuan dalam karirnya, sekaligus berperan sebagai ibu dan istri yang juga harus mengurus rumah tangga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Brigadir SPT salah satu Polwan yang bertugas di Polrestabes Surabaya, Brigadir SPT sering mengalami stres ketika berada pada saat menjalankan tugas dari pimpinan yang membuat Brigadir SPT harus pulang larut, dan disisi lain anaknya sedang sakit dirumah. Dalam posisi tersebut Brigadir SPT tidak memiliki pilihan untuk harus tetap menjalankan tugas dari pimpinan, dengan beban pikiran keadaan anak dirumah yang sedang sakit hal tersebut tidak dapat mengurangi keprofesionalitasan Polwan dalam melaksanakan tugas dari pimpinan. Kejadian seperti tersebut juga terjadi pada beberapa polwan yang lainnya. Fenomena tersebut menjadikan dilema bagi seorang polwan ketika pekerjaan dan tugas sebagai ibu rumah tangga menuntut untuk mendapatkan perhatian. Ada beberapa polwan yang ada di Polrestabes surabaya yang mengalami kegagalan dalam rumah tangga dan ada juga dari Polwan yang memutuskan untuk pensiun dini.

Bagi anggota Polwan yang baru masuk kedalam dunia kepolisian akan menghadapi suatu pemasalaan bagaimana harus menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Polwan baru yang masih berpangkat Bripda harus mampu melepaskan kebiasaan - kebiasaan ketika masih menjadi orang sipil dan sesegera mungkin mengikuti dinamika kerja sebagai seorang anggota Polri yang segala sesuatu ada aturannya. Pada masa transisi dari orang sipil menjadi seorang anggota Polri ini para Polwan biasanya memiliki banyak kendala. Bintara Polwan baru yang tidak mampu segera memposisikan diri akan sering mendapat teguran dari senior, bahkan komandan. Kebanyakan juga dari Polwan baru dari lulusan SMA setelah menyelesaikan pendidikan Polwan keluar sebagai anggota Polri dengan penghasilan golongan 2a, banyak dari Polwan baru yang tidak dapat mengendalikan diri dalam menggunakan gajinya, dan menggunakan gajinya untuk hal - hal yang tidak bermanfaat.

Permasalahan juga dapat timbul pada Polwan yang sudah senior. Polwan senior yang bekerja menjadi Polwan sudah cukup lama juga memiliki permasalahan yang lebih kompleks. Permasalahan yang timbul dapat dari tempat kerja, keluarga dan juga pergaulan. Mereka harus mampu menyeimbangkannya, menjadi Polwan yang profesional, ibu yang memberikan perhatian kepada keluarga dan menjadi makhluk sosial yang mampu menjaga hubungan baik dengan orang lain. Permasalahan lain juga akan timbul, sebagai seorang wanita yang berpenghasilan sendiri seorang polwan juga memiliki rasa percaya diri yang lebih terhadap pasangannya, yang terkadang juga dapat menimbulkan permasalahan dalam kehidupan berumah tangga.

“Jika menilai suatu kebahagiaan itu dari sudut pandang penghasilan”, seperti yang disampaikan oleh Soleman H, dkk (2002) maka seorang Polwan tidak perlu merisaukannya karena sudah mendapatkan penghasilan dan tunjangan kinerja dari negara. Fakta yang ada kebahagiaan tidak hanya dapat dilihat dari satu aspek tersebut. Sebagai seorang aparatur negara Polwan harus dapat menjalankan tugas dan tanggung jawab secara profesional. Sebagai seorang wanita, polwan juga harus dapat memberikan perhatian kepada keluarga, terlebih jika Polwan sudah menikah dan memiliki anak. Sebagai makhluk sosial yang hidup berdampingan dengan orang lain Polwan juga harus dapat menjaga hubungan yang baik dengan orang disekitarnya, rekan kerja maupun masyarakat umum.

Berbagai polemik yang dihadapi polwan yang juga berperan sebagai seorang wanita dengan berbagai peran menjadikannya harus mampu berperan lebih dari wanita pada umumnya. Dalam menghadapi polemik yang dihadapi dengan peran ganda tersebut tidak sedikit anggota Polwan yang mengorbankan salah satu dari kedua peran tersebut. Beberapa Polwan ada yang memilih hanya berfokus pada peran sebagai Polwan, dan mengesampingkan peran sebagai seorang istri dan ibu, ada yang memilih untuk melajang hingga usia lanjut, ada juga yang memilih pensiun dini demi fokus dalam menjalankan peran sebagai seorang ibu rumah tangga. Berbagai fenomena tersebut turut mewarnai dinamika Polwan.

Menurut data dari seksi provisi dan pengamanan polrestabes Surabaya, terdapat beberapa Polwan yang melakukan tindakan indisipliner berat. Tindakan indisipliner berat tersebut dilakukan baik Polwan senior maupun Polwan junior. Polwan junior yang melakukan tindakan indisipliner misalkan saja Bripda M, dengan kasus penyalahgunaan narkotika. Penyalahgunaan narkotika yang dilakukan oleh Bripda M dikarenakan adanya pengaruh dari rekan kerja. Kejadian seperti tersebut juga menimpa Bripda ADPA dengan kasus penyalahgunaan narkotika dan prostitusi, bripda ADPA mengakui hal tersebut dikarenakan adanya kebutuhan keuangan yang harus dia penuhi. Pada polwan senior ada juga Bripka NV yang melakukan tindakan indisipliner, sebagai oknum wanita idaman lain, karena Bripka NV merasa rumah tangganya sudah tidak harmonis dan suaminya tidak lagi memberikan dukungan financial kepada keluarga. Polwan senior juga tidak terlepas dari tindakan indisipliner, Brigadir AM yang menjadi daftar pencarian personil karena lebih dari dua bulan lebih mangkir dari tugas kedinasan, ada juga Aipda DR yang menjalin hubungan selain dengan suami sah (selingkuh), tindakan yang dilakukan oleh Aipda DR tersebut dilator belakang karena kondisi keluarga yang sudah tidak harmonis dan suami juga melakukan tindakan perselingkuhan. Selain tindakan indisipliner berat juga ada tindakan indisipliner ringan, pulang mendahului sebelum jam dinas selesai, tidak mengikuti kegiatan apel pagi, mangkir dari perintah pimpinan.

Selain adanya berbagai permasalahan yang timbul pada polwan, secara profesional Polwan juga dapat berprestasi. Prestasi yang diraih oleh Polwan. Menurut data terbaru dari Bagian Sumber Daya Manusia Polrestabes Surabaya ada Ajun Komisaris Polisi Ruth Yeni, kanit Pelayanan Perempuan dan Anak Satreskrim Polrestabes Surabaya yang mampu mengungkap kasus sindikat *human Trafficking*. Bripka Erika Putri Polwan Polrestabes Surabaya yang mampu bersaing dan berangkat menjadi *peacekeeper* dari Perserikatan Bangsa - Bangsa untuk menjalankan misi perdamaian dunia di Sudan. Selain kedua polwan senior ada juga polwan junior yang berprestasi. Bripda Martha baru tiga tahun bertugas menjadi Polwan mampu menorehkan prestasi menjadi juara lomba taekwondo Kapolri Cup tahun 2018.

Polwan yang dapat menjalankan tugasnya secara profesional merasa senang dan bahagia dalam melaksanakan tugas kepolisiannya. Kebahagiaan tersebut tercermin dari kemampuan

Polwan dalam mengatur dan menyeimbangkan antara kedinasan dan kehidupan pribadi, sehingga Polwan dapat berprestasi dalam menjalankan tugas kepolisian. Kehidupan yang bahagia merupakan dambaan semua manusia. Aristoteles (dalam Bertens, 2007) bahkan menjelaskan kehidupan yang bahagia merupakan tujuan utama dari eksistensi manusia. Maka tidak salah manusia selalu mengusahakan diri mereka untuk meraih kehidupan yang bahagia. Kebahagiaan juga merupakan sesuatu yang bersifat individual. Masing-masing orang memiliki cara pandangnya sendiri dalam melihat dan memaknai arti kebahagiaan. Melihat hal tersebut, maka Diener menjelaskan kebahagiaan yang individual ini dengan konsepnya yang disebut *Subjective Well-Being*.

Diener, Lucas, & Oishi, (2009) mendefinisikan *Subjective Well-Being* adalah hasil evaluasi atau penilaian seseorang secara kognitif dan afektif terhadap seluruh pengalaman kehidupannya. Evaluasi kognitif merupakan penilaian terhadap kepuasan hidup seseorang dan evaluasi afektif merupakan respon emosional yang timbul dari setiap pengalaman hidup seseorang. Melihat begitu banyaknya masalah yang dialami Polwan dalam menjalani kehidupannya, seperti masalah penyesuaian diri dari orang sipil menjadi anggota Polri pada Bintara Polwan Baru, menyeimbangkan kehidupan sebagai seorang Aparatur Negara yang harus profesional dalam melaksanakan tugas, disisi lain harus memberikan perhatian kepada keluarganya, menjaga hubungan baik dengan orang disekitar, dan masih banyak masalah lainnya maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang *Subjective Well-Being* pada Polwan di Polrestabes Surabaya ditinjau dari status perkawinan.

Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah penelitian kuantitatif, selain menggunakan penelitian kuantitatif, penelitian ini juga menggunakan penelitian deskriptif. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh polwan Polrestabes Surabaya sebanyak 155 Polwan yang terdiri dari 130 Polwan yang telah menikah dan 25 Polwan belum menikah. Alat ukur aspek kognitif yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan SWLS (*Satisfaction With Life Scale*) dengan indikator pendapatan, relasi lingkungan social, pekerjaan serta kondisi kesehatan dan untuk aspek afektif menggunakan *positive affect* dan *negative affect*.

Hasil Penelitian

Skala pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *SLWS* (*Satisfaction with Life Scale*). Teknik analisis data menggunakan uji beda *Mann-Whitney*. Dari perhitungan menggunakan SPSS versi 2.0 *for windows* yang didapatkan uji *Mann-Whitney* menunjukkan taraf ($p = 0,000$; $p < 0,05$), artinya terdapat adanya perbedaan *Subjective Well-Being* antara polwan yang belum menikah dengan polwan yang telah menikah.

Uji Beda Mann-Whitney

	Swb
Mann-Whitney U	380.500
Wilcoxon W	8895.500
Z	-6.065
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Prosentase *Subjective Well-Being* Polwan sudah menikah

Tingkat	Jumlah	Prosentase (%)
Tinggi	6	5
Rendah	121	93
Rendah sekali	3	2
Total	130	100

Dari table diatas untuk prosentase *Subjective Well-Being* pada Polwan Polrestabes Surabaya yang sudah menikah menunjukkan 93% menunjukkan tingkat *Subjective Well-Being* yang rendah.

Prosentase *Subjective Well-Being* Polwan belum menikah

Tingkat	Jumlah	Prosentase (%)
Tinggi	12	48
Sedang	3	12
Rendah	10	40
Total	25	100

Dari table diatas untuk prosentase *Subjective Well-Being* pada Polwan Polrestabes Surabaya yang belum menikah menunjukkan 48% menunjukkan tingkat *Subjective Well-Being* yang tinggi.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian analisis data diketahui bahwa Polwan Polrestabes Surabaya juga memiliki *Subjective Well-being*. Berdasarkan aspek *Subjective Well-being* yang sudah ditentukan, polwan Polrestabes Surabaya masih memenuhi aspek-aspek *Subjective Well-Being* meskipun tidak seluruh aspek terpenuhi. Terpenuhinya *Subjective Well-Being* pada polwan yang sudah menikah maupun polwan yang belum menikah. Bekerja sebagai Polwan di Polrestabes Surabaya dengan dinamika kerja yang tinggi, Polwan Polrestabes Surabaya masih memiliki tingkat *Subjective Well being*.

Dari hasil penelitian terdapat perbedaan tingkat *Subjective Well-Being* antara polwan belum menikah dengan polwan yang telah menikah. Dari analisis data menunjukkan bahwa Polwan yang telah menikah memiliki tingkat *Subjective Well-Being* yang cenderung rendah, dan untuk polwan yang belum menikah memiliki tingkat *Subjective Well-Being* yang tinggi. Berdasarkan aspek masih tercukupi walaupun sudah berkeluarga, pekerjaan di Polrestabes Surabaya yang merupakan tempat pengabdian kepada masyarakat tetap berjalan sebagaimana semestinya. Bagi polwan yang telah menikah menjalankan tugas pekerjaan sebagai seorang polwan yang bekerja di Polrestabes Surabaya, menganggap yang dikerjakan sebagai suatu kewajiban pekerjaan yang harus diselesaikan. Meskipun dalam fakta penelitian banyak dari polwan yang telah berkeluarga menilai penghasilan yang mereka peroleh hanya cukup untuk memenuhi kebutuhan mereka setiap bulannya. Dinamika kerja polrestabes Surabaya yang tinggi juga menjadikan beberapa polwan yang telah berkeluarga menjadi kurang bersemangat untuk ke kantor karena merasa lelah.

Polwan yang telah menikah juga masih bisa merasakan *Subjective Well-Being* karena dalam kesehariannya polwan lebih sering merasakan hal-hal menyenangkan setiap hari ketika bertugas di polrestabes Surabaya, sering merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang dari rekan sejawat maupun atasan dari setiap divisi, walaupun pekerjaan sebagai polwan memiliki resiko

tidak menjadikannya sebagai kesulitan hidup namun sebagai tahapan hidup yang harus dilalui. Mendasari pekerjaannya sebagai polwan dengan niat anda dari hati untuk mengabdikan dan hidup kepada masyarakat.

Pekerjaan yang mengabdikan kepada masyarakat dan mendapat dukungan pasangan pasca menikah membuat kehidupan keluarga lebih seimbang, menurunkan stres dan meningkatkan kepuasan hidup. Hal-hal tersebut menurut peneliti dapat meningkatkan *Subjective Well-Being* polisi wanita, seiring berjalannya waktu maka akan terus dapat adaptasi terkait membagi waktu antara pekerjaan dengan keluarga. Adanya dukungan sosial termasuk dari keluarga dapat meningkatkan *Subjective Well-Being* itu sendiri dari waktu ke waktu.

Bagi polwan yang belum menikah memiliki tingkat *Subjective Well-Being* yang tinggi. Secara penghasilan pendapatan yang mereka peroleh sepenuhnya hanya untuk memenuhi kehidupannya sendiri, bagi seorang yang belum menikah gaji seorang polwan dirasa sangat cukup. Polwan Polresta Surabaya yang belum menikah mayoritas merupakan polwan baru yang masih memiliki kondisi fisik dan semangat kerja yang tinggi.

Selain beberapa hal di atas, pembahasan mengenai tingkat *Subjective Well-Being* pada polwan di Polresta Surabaya juga dipengaruhi oleh orientasi kerja setiap individu. Polwan di Polresta Surabaya ada yang memiliki orientasi kerja memperbanyak penghasilan, ada yang berorientasi hanya untuk menggugurkan kewajiban kerja, namun ada pula yang berorientasi untuk mengejar karir yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan peran dari dukungan yang diberikan oleh keluarga, pada akhirnya dapat mengurangi rendahnya *Subjective Well-Being* pada diri polisi wanita tersebut sehingga melihat kehidupan profesi yang sekarang dijalani menjadi suatu hal yang positif.

Polwan yang mengalami tingkat kepuasan hidup terhadap hidupnya yang pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan serta cenderung banyak lebih mengalami pengalaman dan merasakan sesuatu yang menyenangkan dalam hidupnya (*positive affect*). Pengalaman dan perasaan cenderung kurang menyenangkan (*negative affect*) dalam hidup ketika masih melajang maupun sesudah menikah mempengaruhi tingkat *Subjective Well-Being* pada diri Polwan Polresta Surabaya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti mengenai “*Subjective Well-Being* pada polwan di Polresta Surabaya ditinjau dari status perkawinan” dapat diterima. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat *Subjective Well-Being* pada polwan Polresta Surabaya yang telah menikah dan belum menikah. Polwan yang telah menikah memiliki tingkat *Subjective Well-Being* yang rendah, sedangkan untuk polwan yang belum menikah memiliki tingkat *Subjective Well-Being* yang tinggi.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran yang perlu dipertimbangkan oleh berbagai pihak berkaitan dengan kegiatan *Subjective Well-Being* pada polwan di Polresta Surabaya ditinjau dari status perkawinan, yaitu:

Bagi Pimpinan Polri, Berdasarkan hasil penelitian ini, setelah mengetahui kondisi *Subjective Well-Being* pada polwan Polresta Surabaya, pimpinan Polri khususnya Polresta Surabaya dapat memberikan suatu kebijakan yang dapat meningkatkan *Subjective Well-Being* pada polwan Polresta Surabaya yang dapat mendukung kemajuan institusi Polri kedepannya. Kegiatan yang dapat dilaksanakan menghadirkan seorang motivator untuk memberikan motivasi meningkatkan kebersyukuran kepada polwan, adanya pembinaan sistem dari fungsi SDM (Sumber Daya Manusia) dalam menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi Polwan dengan cara menerima pendampingan konseling dan pembinaan setiap mental, pimpinan Polri dan pakor polwan dapat

memberikan pengarahan kepada polwan dan suami terkait tugas pekerjaan polwan, untuk menciptakan saling pengertian antar polwan dan suami, kesatuan memberikan penghargaan kepada Polwan yang berprestasi, untuk meningkatkan motivasi polwan dalam menjalankan tugas kepolisian, pimpinan dapat memberikan waktu luang kepada polwan untuk menjalankan kegiatan bersama diluar kedinasan.

Bagi Polwan Polrestabes Surabaya disarankan untuk meningkatkan rasa syukur dan bangga atas apa yang telah dimiliki dan dijalani saat ini, mampu meningkatkan hubungan yang positif baik dengan pimpinan, rekan kerja maupun dengan junior sehingga dapat menciptakan rasa kebersamaan, sebagai Polwan yang bertugas di Polrestabes Surabaya dapat meningkatkan kebermaknaan hidup sehingga perasaan-perasaan negatif bisa menurun. Ketika perasaan negative tersebut menurun maka *Subjective Well-Being* akan meningkat. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan jumlah subyek penelitian dan dapat meneliti tentang faktor lain yang turut berperan dalam mempengaruhi *Subjective Well-Being* terutama faktor yang berasal dari luar individu untuk mengetahui faktor faktor apa saja yang mampu mempengaruhi *Subjective Well-Being*.

Referensi

- Azwar, S dan Manusia (2006). *Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta; Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Baumgardner, S. R., & Crothers, M. K. (2009). *Positive psychology*. Prentice Hall/Pearson Education.
- Diener and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, (1999) . Subjective well- being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- Diener, Lucas and Oishi, S. (2002). Subjective well-being. *Handbook of positive psychology*..
- Hadi Yogo Wicaksana, Abdul Rahman Shaleh.2017. *Pengaruh Optimisme Dan Social Support Terhadap Subjective Well-Being Pada Anggota Bintara Pelaksana Polri*. Tazkiya Journal of Psychology Vol. 22 No. 2 Oktober 2017.
- Indira Mustika Tandiono dan Jaka Santosa Sudagijono.2016. *Gambaran Subjective Well-Being Pada Wanita Usia Dewasa Madya Yang Hidup Melajang*. Jurnal Experientia Volume 4, Nomor 2 Oktober 2016
- Irana Dewi Kanya Wasistha, Anggun Resdasari Prasetyo, S. Psi., M. Psi.2018. *Hubungan Antara Optimisme Dengan Work-Family Enrichment Pada Polisi Wanita Di Polrestabes Semarang*. Jurnal Empati, Oktober 2018, Volume 7 (Nomor 4), Halaman 95-101.
- Jati Ariati,2010. *Subjective Well-Being dengan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

- Kartono, K. (1992). Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu & Nenek (Jilid 2). Bandung: CV. Mandar Maju.
- Lharasati Dewi & Naila Nasywa. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*. Vol. 1, No. 1, Mei 2019, pp. 54-62
- Martínez, M. L., Avia, M. D., & Hernández-Lloreda, M. J. (2010). *The effects of counting blessing on subjective well-being, A gratitude intervention in a spanish sample*. The Spanish Journal of Psychology.
- Mayangsari, and Mardalis, A. (2015). *Pengaruh konflik peran ganda dan stres kerja terhadap kinerja polisi wanita di Polresta Surakarta*. Skripsi. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Noor, J. (2011). Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah. Jakarta: Kencana.
- Roxas, M. M., David, A. P and Aruta, J. J. B. R. (2019). *Compassion, forgiveness and subjective wellbeing among fillipino counseling professionals*. International Journal for the Advancement of Counselling..
- Santoso, A. (2010). Statistik untuk psikologi: Dari blog menjadi buku. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Schiffirin, H. H., & Nelson, S. K. (2010). *Stressed and happy with investigating the relationship between happiness and perceived stress*. Journal Happiness Study.
- Situmorang, N. Z. (2012). *Pengaruh religisitas, optimisme, efikasi diri dan keseimbangan peran kerja keluarga terhadap kebahagiaan subjektif perempuan pemimpin*. Disertasi tidak dipublikasikan. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Soeharto, T. (2012) . Hubungan Dukungan Suami dengan Nilai Positif Pekerja-Keluarga Pada Ibu Bekerja. Jurnal Sosiohumaniora.
- Stevenson, B and Wolfers, J. (2012). *Subjective Well-Being and Income: Is There Any Evidence of Satiation*. National Bureau of Economic.
- Siedlecki, K. L, Salthouse, T. A., Oishi, S and Jeswani, S. (2013). *The relationship between social support and subjective well-being across age*. Social Indicators Research.
- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). *Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being*. Computers in Human Behavior.
- Roxas, M. David, A. P, J. J. B. R. (2019). *Compassion, forgiveness and subjective wellbeing among filipino counseling professionals*. International Journal for the Advancement of Counselling.