

Hubungan Antara Hardiness dengan *Psychological Well-Being* pada Anggota Kompi Bantuan Batalion Zeni Tempur 4

Yudha Wahyu Setyawan

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

E-mail: yudhaw9@gmail.com

Article History:

Received: 14 Februari 2026

Revised: 24 Maret 2026

Accepted: 07 April 2026

Keywords: *Hardiness, Kesejahteraan Psikologis, Tentara Nasional Indonesia, Ketahanan Mental, Stres Kerja, Psikologi Militer*

Abstract: *Tuntutan tugas yang kompleks dalam lingkungan militer menempatkan personel pada risiko penurunan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks ini, hardiness menjadi karakteristik kepribadian yang berperan penting dalam menjaga ketahanan individu terhadap tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara hardiness dan psychological well-being pada anggota Tentara Nasional Indonesia, khususnya di Kompi Bantuan Batalion Zeni Tempur 4. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan seluruh personel aktif sebagai partisipan. Data dikumpulkan menggunakan Dispositional Resilience Scale dan Psychological Well-Being Scale yang telah memenuhi kriteria reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi peringkat Spearman setelah melalui uji kualitas instrumen dan asumsi statistik. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara hardiness dan psychological well-being. Semakin tinggi tingkat hardiness yang dimiliki individu, semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya dalam menghadapi tekanan tugas militer. Penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan karakter hardiness sebagai bagian dari strategi peningkatan kesehatan mental prajurit. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi institusi militer dalam merancang program pengembangan ketahanan psikologis guna mendukung kinerja dan kesejahteraan personel.*

PENDAHULUAN

Tentara Nasional Indonesia (TNI) merupakan institusi pertahanan negara yang memiliki peran strategis dalam menjaga kedaulatan, melindungi integritas wilayah, dan memastikan keamanan nasional. Tugas pokok TNI diatur dalam Undang-Undang (UU) Nomor 34 Tahun 2004 Tentang Tentara Nasional Indonesia, 2004, yang mencakup dua kategori utama: Operasi Militer untuk Perang (OMP) dan Operasi Militer Selain Perang (OMSP). Dalam konteks OMSP, TNI memiliki 16 tugas, termasuk membantu penanggulangan bencana, menjaga objek vital nasional, dan melaksanakan misi perdamaian dunia. Salah satu elemen penting dalam struktur TNI AD adalah Korps Zeni, menurut Kasad (2018) peran unik dalam mendukung operasi militer dan non-

militer. Korps Zeni TNI Angkatan Darat terdiri dari beberapa satuan salah satunya adalah Batalion Zeni Tempur 4 yang bertugas dalam pembangunan infrastruktur strategis, seperti jembatan, jalan, dan fasilitas militer, serta mendukung operasi kemanusiaan melalui rekonstruksi pasca-bencana. Peran ini menjadikan Batalion Zeni Tempur 4 sebagai tulang punggung dalam memastikan mobilitas dan logistik yang efisien di medan operasi. Pada Tahun 2025 ini Batalion Zeni Tempur 4 mendapatkan perintah penugasan untuk mengirim Pasukan Garuda dalam misi Monusco (United Nations Organization Stabilization Mission in the Democratic Republic of the Congo) di Afrika, kegiatan ini merupakan tugas TNI dalam menjaga perdamaian dunia di bawah *United Nations* atau biasa disebut Perserikatan Bangsa-Bangsa. Pengiriman misi pemeliharaan perdamaian ini diatur dalam Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 86 Tahun 2015 Tentang Pengiriman Misi Pemeliharaan Perdamaian, 2015. Perpres ini mengatur mekanisme pengiriman ini memiliki kewajiban untuk memperhatikan aspek politik dan kepentingan nasional. Penelitian lain oleh Gjerstad *et al.*, (2020) pada veteran UNIFIL (tentara penjaga perdamaian di Lebanon) dari Norwegia menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar veteran tidak mengalami masalah kesehatan mental, sekitar 15% mengalami gangguan jangka panjang seperti PTSD dan depresi. Menurut Loscalzo *et al.* (2018) menunjukkan bahwa pasukan penjaga perdamaian sering kali terpapar pada berbagai pemicu stres potensial yang dapat memengaruhi kesehatan mental. Kesehatan mental menurut Keyes (2002) dapat ditinjau dari beberapa aspek, antara lain *emotional well-being*, *social well-being*, dan *psychological well-being*. Sebagai organisasi yang dipercaya untuk mengirim pasukan perdamaian, Batalion Zeni Tempur 4 perlu memperhatikan kesehatan mental salah satunya *psychological well-being*. Daniels dan Harris dalam (Pratiwi *et al.*, 2023) *psychological well-being* berkaitan erat dengan karakteristik kerja dan prestasi kerja seperti perilaku dalam organisasi, pengakuan dalam organisasi, perilaku antisosial, kreativitas dan pembaruan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 anggota kompi bantuan Batalion Zeni Tempur 4 pada hari Jumat, 21 Maret 2025, diidentifikasi bahwa ada fenomena terkait dengan *psychological well-being* pada anggota Kompi Bantuan. Terdapat 3 dari 10 anggota memiliki strategi yang baik untuk menjaga *psychological well-being* yang ditunjukkan dengan dapat mengelola stres dengan olahraga atau pergi berlibur bersama teman dan mampu menenangkan diri dalam situasi sulit saat menghadapi tugas dan tanggung jawab yang diberikan. Sementara 7 anggota lainnya menyatakan bahwa masih merasa sulit untuk menyusun strategi untuk menyelesaikan tugasnya atau masih banyak mendapat masukan dari senior, lari dari tanggung jawabnya, dan merasa tidak mempunyai semangat untuk mengejar sesuatu yang berarti. Beberapa anggota juga berpendapat jika dirinya masih belum mampu mengontrol informasi dari luar, untuk mendapatkan pemahaman yang baik atas informasi tersebut. Selain itu ada juga yang mengaku sering berpikir berlebihan atau *overthinking* mengenai seleksi Pasukan Garuda yang dimana situasi tersebut memicu terjadinya stres pada beberapa orang. Ada bayangan harapan keluarga agar anggota tersebut dapat lolos seleksi dan terpilih untuk ikut serta berangkat dalam penugasan ke luar negeri, serta ada pula yang menyatakan bahwa tugas yang dijalani cukup berat dan jarang berolahraga sehingga ragu-ragu untuk dapat mengikuti seleksi meskipun tahapan seleksi tidak hanya berupa tes fisik. Sehingga dari beberapa perilaku di atas dapat disimpulkan bahwa di Batalion tersebut ditemukan masalah terkait dengan *psychological well-being* khususnya pada anggota Kompi Bantuan.

Kinerja dari seorang aparatur negara khususnya pada bidang pertahanan dan keamanan negara membutuhkan tingkat fokus atau konsentrasi yang tinggi dalam melakukan tugasnya sebagai abdi negara. *Psychological well-being* memiliki urgensi yang tinggi pada Tentara Nasional Indonesia karena profesi militer melibatkan tantangan fisik dan psikologis dalam setiap misi yang

diberikan. Tuntutan tugas yang berat, tekanan emosional, serta risiko tinggi dalam menjalankan misi dapat memengaruhi *psychological well-being* seorang prajurit. Menurut Amati *et al* dalam Wibowo & Wijono (2021) *psychological well-being* dapat menunjang organisasi yang dibuktikan dengan redahnya absensi serta meningkatnya prestasi kerja. Oleh karena itu, penelitian tentang *psychological well-being* penting dilakukan pada anggota Kompi Bantuan Batalion Zeni Tempur 4. Menurut Prayana dalam menjelaskan bahwa *psychological well-being* anggota TNI AD yang rendah masih sebanyak 60% dibandingkan dengan 40% sisanya yang menunjukkan *psychological well-being* yang tinggi. Turliuc & Balcan (2023) berpendapat bahwa pentingnya *psychological well-being* pada personel militer tidak dapat dilebih-lebihkan, karena hal ini secara langsung memengaruhi efektivitas operasional, kesiapan misi, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Pentingnya bagi instansi untuk meninjau *psychological well-being* anggotanya, dalam penelitian Ryff & Singer (1996) individu yang memiliki *psychological well-being* rendah akan berefek pada kualitas hubungan sosial seperti tidak memiliki hubungan baik dengan sekitar, tidak memiliki hubungan interpersonal yang baik, kurang percaya diri, dan tidak memiliki tujuan pribadi maupun dalam tugas pekerjaan.

Psychological well-being memiliki dampak terhadap kualitas hidup dan kinerja profesional individu, peningkatan keterampilan digital yang berkontribusi pada *psychological well-being* yang lebih baik memiliki hubungan dengan peningkatan kinerja dan kepuasan dalam lingkungan kerja yang semakin kompleks (Zeike *et al.*, 2019). Individu yang memiliki *psychological well-being* baik menurut (Ryff, 1989), memiliki beberapa karakteristik antara lain rasa syukur atas kehidupan, kondisi emosional yang positif, dapat melalui berbagai macam pengalaman buruk yang dapat mengakibatkan kondisi emosional menjadi negatif, dapat menjaga hubungan interpersonal, tidak bergantung orang lain, dapat mengontrol lingkungan sekitar serta memiliki kesadaran diri yang baik. Sebaliknya, rendahnya *psychological well-being* memiliki dampak negatif seperti menurunnya rasa percaya diri, kualitas hubungan interpersonal, dan bahkan memicu risiko *burnout* serta depresi. Menurut Broberg *et al.* (2020) menyatakan bahwa para karyawan yang bekerja sebagai auditor dengan *psychological well-being* yang rendah berdampak pada penurunan kepuasan hidup dan peningkatan *turnover* yang menggambarkan dampak serius terhadap kinerja dan stabilitas karier profesional. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Turliuc & Balcan (2023) melaporkan bahwa stres operasional dan stres organisasi merupakan suatu prediktor *psychological well-being* seorang tentara.

Wells dalam Pambudi & Rusmawati, (2022) mengemukakan beberapa faktor yang memengaruhi *psychological well-being* diantaranya usia, jenis kelamin status pernikahan, status sosial ekonomi, hubungan sosial, dan faktor kepribadian. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kepribadian menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. Sedangkan menurut Appleton *et al.* (2025) menemukan bahwa *psychological well-being* dapat dipengaruhi oleh stres, ketahanan, dan tuntutan emosional jangka panjang yang mencakup faktor struktural dan faktor individu yang berdampak pada tingkat kesejahteraan. Proses adaptasi terhadap lingkungan pelatihan yang terstruktur, perbaikan dalam kebugaran fisik, serta dinamika perubahan pada penanda inflamasi juga dapat memengaruhi *psychological well-being* selama pelatihan militer (Tait *et al.*, 2021). *Psychological well-being* lebih bergantung atau dapat dikatakan paling dapat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional dibandingkan dengan faktor-faktor lainnya (Yunana *et al.*, 2024). *Hardiness* dapat memberikan pengaruh secara langsung terhadap *psychological well-being* individu ketika berada di bawah tekanan atau situasi dengan banyak stresor (Skomorovsky & Sudom, 2011). Dengan demikian, maka peneliti dalam hal ini memilih faktor *hardiness* sebagai faktor yang memengaruhi *psychological well-being*.

Penelitian yang dilakukan oleh Mund & Mishra (2025) mengemukakan bahwa konsep *hardiness* adalah suatu gaya kepribadian yang membantu individu untuk tetap tangguh dan berkembang di tengah tekanan hidup. *Hardiness* sebagai kombinasi sikap keberanian dan motivasi untuk mengubah situasi stres menjadi peluang, sehingga memengaruhi tingkat kinerja dan kesehatan mental (Maddi, 2006). *Hardiness* dipilih sebagai mediator karena dianggap mampu menjelaskan mekanisme pertahanan terhadap masalah sehari-hari yang memengaruhi *psychological well-being* (Saeed & Hanif, 2024). Pambudi & Rusmawati (2022) berdasarkan hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada siswa kelas 11 SMA N 2 Kota Magelang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjan *et al.* (2023) bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *hardiness* dan *psychological well-being* pada pekerja asal Indonesia yang berdomisili di Saudi Arabia. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dan *psychological well-being* pada santri pondok pesantren Miftahul Husna (Ariani & Oktariani, 2024). Serta ada juga penelitian Paramita & Huwae (2023) yang mendapatkan hasil adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *hardiness* dan *psychological well-being* pada pengasuh pasien kanker. Meskipun mayoritas penelitian mendapatkan hasil terdapat hubungan positif yang signifikan, akan tetapi ada pula penelitian yang menyatakan tidak ada hubungan langsung antara *hardiness* dan *psychological well-being*. Robitschek & Kashubeck (1999) menemukan bahwa *hardiness* hanya memediasi sebagian bukan sebagai hubungan langsung terhadap *psychological well-being* khususnya pada subjek perempuan.

Penulis tertarik untuk menguji pokok permasalahan yang identik dengan penelitian sebelumnya. Akan tetapi penelitian yang akan dilakukan oleh penulis memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian terdahulu. Fokus penelitian ini adalah pada anggota TNI, dimana penelitian dengan subjek anggota TNI masih sangat jarang ditemukan. Dengan adanya penelitian ini, dapat menjadi pembaruan terhadap penelitian selanjutnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional untuk menganalisis hubungan antara *hardiness* sebagai variabel bebas dan *psychological well-being* sebagai variabel terikat pada anggota TNI AD Kompi Bantuan Batalion Zeni Tempur 4. Populasi penelitian berjumlah 129 anggota dengan masa dinas minimal satu tahun, dan penelitian menggunakan studi populasi sehingga seluruh anggota dijadikan sampel dengan partisipasi sukarela. *Hardiness* diukur menggunakan *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) berdasarkan teori Kobasa yang mencakup aspek commitment, control, dan challenge dengan skala Likert 4 poin, sedangkan *psychological well-being* diukur menggunakan *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) berdasarkan enam dimensi Ryff, yaitu *autonomy*, *environmental mastery*, *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *self-acceptance* dengan skala Likert 7 poin. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji korelasional untuk menguji hubungan antara kedua variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Kualitas Instrumen Penelitian

Uji Validitas

Uji validitas pada penelitian ini menggunakan metode *expert judgement*. Metode ini berarti penilaian yang diberikan oleh beberapa ahli di bidang terkait untuk memastikan bahwa setiap butir atau pertanyaan dalam instrumen penelitian benar-benar mewakili aspek atau perilaku yang ingin

diukur secara keseluruhan. Istilah lainnya adalah para ahli menilai apakah isi dari instrumen sudah sesuai dan relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2014; dalam Slamet & Wahyuningsih (2022).

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh item pada skala *hardiness* dan *psychological well-being* dinyatakan valid jika setiap item dalam kedua skala tersebut mampu mengukur hal yang seharusnya diukur sesuai dengan tujuan penelitian. Dengan demikian, kedua skala tersebut memiliki kesesuaian isi yang baik karena telah memenuhi kriteria penilaian instrumen penelitian.

Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang ditunjukkan pada tabel 1 masing-masing variabel menunjukkan nilai *alpha cronbach's* yang reliabel. *Hardiness* memiliki nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,835 dan *psychological well-being* memiliki nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,969. kedua variabel tersebut memenuhi syarat sehingga dapat dianggap reliabel.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach's	Limit of Alpha Cronbach's	Keterangan
<i>Hardiness</i>	0.835	0.70	Reliabel
<i>Psychological Well-Being</i>	0.969	0.70	Reliabel

Uji Daya Diskriminasi Item

Pengujian analisis item menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 27* dengan acuan item dinyatakan memiliki daya diskriminasi yang baik bila koefisiensi korelasi item total ≥ 0.30 (Azwar, 2021). Pada variabel *hardiness* item yang memiliki koefisiensi korelasi < 0.30 telah dieliminasi sebanyak 9 item, sehingga item yang tersisa sejumlah 6 dari 15 item sebelumnya. Sedangkan pada variabel *psychological well-being* mengalami tiga kali eliminasi untuk item dengan koefisiensi korelasi < 0.30 , pada putaran pertama eliminasi terdapat 12 item yang gugur sehingga menyisakan 30 item. Pada putaran kedua eliminasi terdapat 8 item gugur sehingga tersisa 22 item. Pada putaran ketiga eliminasi, 4 item kembali gugur sehingga menyisakan 18 item. Hasil dari uji daya diskriminasi item yang telah dilakukan adalah mendapatkan 6 item untuk skala *hardiness* dan 18 item untuk skala *psychological well-being*.

Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan tabel 2 Menunjukkan bahwa data statistik deskriptif pada *hardiness* memiliki skor minimum 28, dan skor maksimum 54, serta *mean* 42,14 dengan standar deviasi 3,877. Sementara itu, *psychological well-being* memiliki skor minimum 147, skor maksimum 275, serta *mean* 205,18, dengan standar deviasi 36,204.

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
<i>Hardiness</i>	105	28	54	42,14	3,877
<i>Work Life-Balance</i>	105	147	275	205,18	36,204

Data partisipan kemudian diolah dan dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Tabel 5 menunjukkan bahwa skor *hardiness* pada anggota Kompi Bantuan yang berada di kategori rendah berjumlah 11 orang (10,48%), kategori sedang berjumlah 81 orang (77,14%), dan kategori tinggi sebanyak 13 orang (12,38%).

Tabel 5. Kategorisasi *Hardiness* pada anggota Kompi Bantuan Batalion Yonzipur 4

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	$28 < 38,27$	11	10,48%
Sedang	$38,27 \leq - < 46,02$	81	77,14%
Tinggi	$46,02 \leq 54$	13	12,38%

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat 23 orang dalam kategori rendah (22%), dan sebanyak 61 orang (58%) dalam kategori sedang, serta terdapat 21 orang (20%) dalam kategori tinggi.

Tabel 6. Kategorisasi *Psychological Well-Being* pada anggota Kompi Bantuan Batalion Yonzipur 4

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	$147 < 168,98$	23	22%
Sedang	$168,98 \leq - < 241,39$	61	58%
Tinggi	$241,39 \leq 275$	21	20%

Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas pada tabel 7 menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai signifikansi di bawah 0,05 baik itu untuk skala *hardiness* maupun *psychological well-being*. Oleh karena itu, berdasarkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* diketahui bahwa kedua variabel tersebut tidak terdistribusi normal.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Sig. (p)
<i>Hardiness</i> (X)	0.166	< .001
<i>Psychological Well-Being</i> (Y)	0.182	< .001

Uji Linearitas

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *hardiness* dengan *psychological well-being*.

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

	F	Sig.
<i>Linearity</i>	13,761	< .001
<i>Deviation of Linearity</i>	0,953	0,520

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini adalah uji korelasi dengan menggunakan *Spearman's rank correlation coefficient*. Tabel 9 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,357 dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *hardiness* dengan *psychological well-being*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *hardiness*, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* anggota Kompi Bantuan

Tabel 9. Hasil Uji Korelasi

		<i>Hardiness</i>	<i>Psychological Well-Being</i>
<i>Spearman's rho</i>	<i>Hardiness</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000
		<i>Sig. (1-tailed)</i>	<,001
		<i>N</i>	105
	<i>Psychological Well-Being</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.357**
		<i>Sig. (1-tailed)</i>	<,001
		<i>N</i>	105

Pembahasan

Berdasarkan uji hipotesis menggunakan *spearman's rank correlation coefficient*, nilai koefisien korelasi diketahui memiliki nilai sebesar .357 dengan nilai signifikansi <,001 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada anggota Kompi Bantuan Yonzipur 4/TK. Hal tersebut memiliki arti bahwa semakin tinggi *hardiness*, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* anggota Kompi Bantuan Yonzipur 4/TK. Oleh karena itu, dalam penelitian ini hipotesis diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ausie *et al.* (2017) yang menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan pada calon Bintara Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD) di pusat pendidikan KOWAD di Bandung.

Menurut Bartone & Bowles (2021) personel militer yang memiliki *hardiness* tinggi, memiliki risiko lebih rendah mengalami gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi, dan masalah psikologis lain setelah paparan stres tempur. Dalam konteks militer (bagian rekrutmen *U.S. ARMY*) diketahui menghadapi stres kerja tinggi akibat pencapaian target perekrutan dan tekanan administratif berat, pada penelitian ini *hardiness* memiliki hubungan positif signifikan dengan *psychological well-being* (Bartone & Bowles, 2020).

Dari hasil penelitian di atas terdapat kesamaan dengan penelitian terdahulu dimana penelitian ini relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Hamida & Izzati, 2022). Tingginya tingkat *hardiness* dan *psychological well-being* pada siswa kelas 11 SMA N 2 Kota Magelang tidak terlepas dari adanya dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan sekolah (Pambudi & Rusmawati, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Paramita & Huwae (2023) yang menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *psychological well-being* pada *caregiver* pasien kanker, dengan kontribusi efektif *hardiness* sebesar 51,3%. Individu yang memiliki karakteristik *hardiness* biasanya memiliki keyakinan kuat akan makna hidupnya, bersedia mencurahkan dedikasi penuh terhadap pekerjaan, mampu mempercayai orang lain dalam setiap interaksi, serta menunjukkan kemampuan beradaptasi tinggi ketika berhadapan dengan perubahan dan berbagai rintangan yang muncul (Muslimin, 2020). Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Nurjan *et al.* (2023) tentang hubungan *hardiness* dan *psychological well-being* pada pekerja asal Indonesia yang berdomisili di Saudi Arabia.

Oleh karena itu, berdasarkan penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa *hardiness* adalah salah satu faktor yang sangat penting dan memiliki keterkaitan yang erat dengan *psychological well-being*. Tentara Nasional Indonesia sangat diharapkan memiliki tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi karena tugas pokok cukup berat yang tidak hanya mengandalkan kekuatan fisik, akan tetapi juga melibatkan mental yang sehat. Personel militer yang memiliki *hardiness* tinggi, memiliki risiko lebih rendah mengalami gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi, dan masalah psikologis lain setelah paparan stres tempur (Bartone & Bowles, 2021). Adapun kekurangan dalam penelitian ini adalah jumlah partisipan yang hanya mewakili kekuatan satu kompi dalam satuan batalion saja, hal ini kurang dapat mewakili kondisi Tentara Nasional Indonesia di suatu daerah.

Selain itu, dalam pengolahan data kedua variabel tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan populasi Tentara Nasional Indonesia yang lebih besar agar dapat memberikan gambaran yang lebih besar mengenai hubungan *hardiness* dengan *psychological well-being* pada personel Tentara Nasional Indonesia.

KESIMPULAN

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *psychological well-being*. Hal tersebut memiliki makna bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin tinggi pula *psychological well-being*. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis atau dengan kata lain hipotesis diterima. Selain itu, hasil penelitian juga menemukan bahwa sebagian besar partisipan pada penelitian ini memiliki tingkat kepribadian *hardiness* yang berada pada kategori sedang. Begitu pula *psychological well-being* sebagian besar partisipan juga berada pada kategori sedang.

DAFTAR REFERENSI

- Appleton, L., Atkins, C., Watmough, S., & Poole, H. (2025). A multi methods study to explore the impact of the COVID-19 pandemic on the psychological well-being of cancer nurses across Cheshire and Mersey. *BMC Nursing*, 24(1), 504. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03139-0>
- Ariani, A. D., & Oktariani. (2024). Hubungan Hardiness Dengan Psychological Well-Being Santri Pondok Pesantren Miftahul Husna. *Psikologika Journal*, 1(2), 27–41. <http://kti.potensi-utama.ac.id/index.php/Psikologika>
- Ausie, R. K., Wardani, R., & Selly. (2017). Hubungan antara Hardiness dan Kesejahteraan Psikologis pada Calon Bintara. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1, 209. <https://doi.org/https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i3.758>
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (3rd ed.).
- Bartone, P. T. (1995, July). A Short Hardiness Scale. *American Psychological Society Annual Convention*. <https://www.researchgate.net/publication/235013984>
- Bartone, P. T. (1996). Stress and Hardiness in US Peacekeeping Soldiers. *Annual Convention of the American Psychological Association*. <https://www.researchgate.net/publication/382060566>
- Bartone, P. T. (1999). Hardiness Protects Against War-Related Stress in Army Reserve Forces. *Consulting Psychology Journal*, 51(2), 72–82. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.51.2.72>
- Bartone, P. T. (2007). TEST-RETEST RELIABILITY OF THE DISPOSITIONAL RESILIENCE SCALE-15, A BRIEF HARDINESS SCALE. *Psychological Reports*, 101(7), 943. <https://doi.org/10.2466/pr0.101.7.943-944>
- Bartone, P. T., & Bowles, S. V. (2020). Coping with recruiter stress: Hardiness, performance and well-being in US Army recruiters. *Military Psychology*, 32(5), 390–397. <https://doi.org/10.1080/08995605.2020.1780061>
- Bartone, P. T., & Bowles, S. V. (2021). Hardiness Predicts Post-Traumatic Growth and Well-Being in Severely Wounded Servicemen and Their Spouses. *Military Medicine*, 186(5–6), 500–504. <https://doi.org/10.1093/milmed/usaa250>
- Bartone, P. T., Roland, R. R., Picano, J. J., & Williams, T. J. (2008). Psychological Hardiness Predicts Success in US Army Special Forces Candidates. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(1), 78–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00412.x>

- Bowles, S. V., Bartone, P. T., Ross, D., Berman, M., Rabinowitz, Y., Hawley, S., Zona, D. M., Talbot, M., & Bates, M. J. (2017). Well-being in the military. In *Handbook of Military Psychology: Clinical and Organizational Practice* (pp. 213–238). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-66192-6_14
- Broberg, P., Tagesson, T., & Uman, T. (2020). Antecedents of psychological well-being among Swedish audit firm employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph17103346>
- Gjerstad, C. L., Bøe, H. J., Falkum, E., Martinsen, E. W., Nordstrand, A. E., Tønnesen, A., Reichelt, J. G., & Lystad, J. U. (2020). Prevalence and Correlates of Mental Health Problems in Norwegian Peacekeepers 18–38 Years Postdeployment. *Journal of Traumatic Stress*, 33(5), 762–772. <https://doi.org/10.1002/jts.22578>
- Hamida, C. S., & Izzati, U. A. (2022). Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Psychological Well-Being Pada Karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 14–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i5.46617>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Kobasa, S. C. (1979). Personality Social Psychology Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Kobasa, S. C. (1985). BARRIERS TO WORK STRESS. In W. D. Gentry, H. Benson, & C. J. de Wolff (Eds.), *Behavioral Medicine: Work, Stress and Health* (pp. 181–204). Springer, Dordrecht. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-94-009-5179-2_9
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., Kahn, S., Bilker, R. R. J., Courington, S., Gotlieb, C., Hoover, M., Kennedy, J., Moore, L., Puccetti, M., & Strauman, T. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
- Loscalzo, Y., Giannini, M., Gori, A., & Di Fabio, A. (2018). The wellbeing of Italian peacekeeper military: Psychological resources, quality of life and internalizing symptoms. *Frontiers in Psychology*, 9(FEB). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00103>
- Maddi, S. R. (1980). Developmental Value of Fear of Death. In *Source: The Journal of Mind and Behavior* (Vol. 1, Issue 1).
- Maddi, S. R. (1999). The Personality Construct of Hardiness: I. Effects on Experiencing, Coping, and Strain. *Consulting Psychology Journal*, 51(2), 83–94. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.51.2.83>
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (1994). Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265–274. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302_6
- Mathis, M., & Lecci, L. (1999). Hardiness and college adjustment: Identifying students in need of services. *Journal of College Student Development*, 40(3), 305–309.
- Mund, P. (2016). Kobasa Concept of Hardiness (A Study with Reference to the 3Cs). *International Research Journal of Engineering*. <https://sloap.org/journals/index.php/irjeis/article/view/243>
- Mund, P., & Mishra, M. (2025). Hardiness: A review and research agenda. *Personality and Individual Differences*, 233, 112882.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112882>
- Muslimin. (2020). Pengaruh Kepribadian Hardiness dan Kepemimpinan Transformasional terhadap Kinerja Karyawan PDAM Kota Malang. *Cognicia*, 8(1), 102–117. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11748>
- Nurjan, Monika, & Wati, L. (2023a). Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan HUBUNGAN HARDINESS DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEKERJA ASAL INDONESIA YANG BERDOMISILI DI SAUDI ARABIA. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(1), 1–6.
- Nurjan, Monika, & Wati, L. (2023b). Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan HUBUNGAN HARDINESS DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEKERJA ASAL INDONESIA YANG BERDOMISILI DI SAUDI ARABIA. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(1), 1–6.
- Pambudi, B., & Rusmawati, D. (2022a). HUBUNGAN ANTARA HARDINESS DAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA SISWA KELAS 11 SMA NEGERI 2 KOTA MAGELANG. *Jurnal Empati*, 11, 44–49.
- Pambudi, B., & Rusmawati, D. (2022b). HUBUNGAN ANTARA HARDINESS DAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA SISWA KELAS 11 SMA NEGERI 2 KOTA MAGELANG. *Jurnal Empati*, 11(1), 44–49.
- Paramita, A., & Huwae, A. (2023). Hardiness and Psychological Well-Being in Caregiver Cancer. *International Conference on Psychology and Health Issue*, 90–101. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-212-5_10
- Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 86 Tahun 2015 Tentang Pengiriman Misi Pemeliharaan Perdamaian, Pub. L. No. 86 (2015). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/41832/perpres-no-86-tahun-2015>
- Prapsetyo, A., Lestari, K., & Silitonga, F. (2025). PEMANFAATAN TEKNOLOGI DRONE GUNA MENDUKUNG TUGAS PENYELIDIKAN SATUAN ZENI TNI AD. *Jurnal Teknik Sipil Pertahanan*, 13(1).
- Pratiwi, D. B., Sofiah, D., Muslikah, D., & Psikologi, F. (2023). Psychological wellbeing pada anggota TNI-AD: Menguji peran iklim organisasi dan psychological capital. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2, 593–604.
- Robitschek, C., & Kashubeck, S. (1999). A Structural Model of Parental Alcoholism, Family Functioning, and Psychological Health: The Mediating Effects of Hardiness and Personal Growth Orientation. In *Journal of Counseling Psychology* (Vol. 46, Issue 2).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 57, Issue 6).
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Saeed, B., & Hanif, R. (2024). Hardiness as a Mediator between Daily Life Hassles and Psychological Well-being among Adolescents. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 3304–3311. <https://doi.org/10.52131/pjhss.2024.v12i4.2572>
- Sakir, I. M. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Mixed Method* (Lisdiana, Ed.). FILOSOFIS INDONESIA PRESS.

-
- Skomorovsky, A., & Sudom, K. A. (2011). Role of Hardiness in the Psychological Well-being of Canadian Forces Officer Candidates. *Military Medicine*, 176. <https://doi.org/https://doi.org/10.7205/MILMED-D-10-00325>
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP INSTRUMEN KEPUASAN KERJA. *ALIANSI Jurnal Manajemen & Bisnis*, 17, 51.
- Tait, J. L., Bulmer, S., Drain, J. R., & Main, L. C. (2021). Associations between inflammatory markers and well-being during 12 weeks of basic military training. *European Journal of Applied Physiology*, 121(3), 849–860. <https://doi.org/10.1007/s00421-020-04554-8>
- Turliuc, M. N., & Balcan, A. D. (2023). Stress and Psychological Well-Being in Military Gendarmes. *Social Sciences*, 12(9). <https://doi.org/10.3390/socsci12090517>
- Undang-Undang (UU) Nomor 34 Tahun 2004: Tentang Tentara Nasional Indonesia, Pub. L. No. 34 (2004). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/40774/uu-no-34-tahun-2004>
- Wells, I. E. (2010). Psychological well-being. In *Psychological Well-Being*. <https://doi.org/10.5040/9781718212886.ch-008>
- Wibowo, Y. A. J., & Wijono, S. (2021). Hubungan Gaya Kepemimpinan Transformasional Perwira dengan Psychological Well Being Prajurit Yonif Mekanis Raider 411/PDW Salatiga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2). <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34080>
- Widhigdo, J. C., Ahuluheluw, J. M., & Pandjaitan, L. N. (2020). Pelatihan ketangguhan untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pengurus Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di Universitas Surabaya. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 122–139. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-299>
- Yunana, A., Iornenge, J., & Godwin, C. (2024). INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON PSYCHOLOGICAL WELLBEING OF NIGERIAN SOLDIERS DEPLOYED IN KADUNA STATE. In *AJPSSI AFRICAN JOURNAL FOR THE PSYCHOLOGICAL STUDY OF SOCIAL ISSUES* (Vol. 27, Issue 2).
- Zeike, S., Bradbury, K., Lindert, L., & Pfaff, H. (2019). Digital leadership skills and associations with psychological well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph16142628>