**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

# RESILIENSI RELASIONAL DAN FLOURISHING PERSONEL BRIMOB: SEBUAH STUDI FENOMENOLOGI KEHARMONISAN KELUARGA

**Dania Ulfah Rahmawati[1], Fx. Wahyu Widiantoro[2]**
Fakultas Psikologi UP45 Yogyakarta[1,2]
e-mail: [1]daniaulfarahma@gmail.com, [2]wahyuant.up@gmail.com

## ABSTRAK

Belum banyak studi yang menggali pengalaman diadik antara personel Brimob dan pasangan dalam membangun resiliensi relasional ketika menghadapi penugasan berisiko tinggi. Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana keharmonisan keluarga membantu personel Brigade Mobil (Brimob) Polri menghadapi tekanan kerja, jarak dengan keluarga, dan ketidakpastian selama penugasan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Partisipan terdiri atas empat pasangan suami-istri, yaitu empat personel Brimob dan empat pasangan, yang dipilih secara purposif berdasarkan pengalaman penugasan operasi berisiko tinggi. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur mendalam dan dianalisis secara bertahap untuk menemukan pola makna dalam pengalaman partisipan. Hasil penelitian menunjukkan tiga temuan utama. Pertama, keluarga menjadi ruang aman bagi personel untuk memulihkan diri, melepas tekanan peran operasional, dan kembali menjalankan peran sebagai pasangan maupun orang tua. Kedua, komunikasi yang tenang, empatik, dan saling memahami membantu mengurangi beban psikologis selama masa penugasan. Ketiga, pemaknaan spiritual terhadap tugas membuat keluarga lebih mampu menerima risiko, jarak, dan ketidakpastian sebagai bagian dari pengabdian bersama. Temuan ini menunjukkan bahwa keharmonisan keluarga berperan sebagai mekanisme resiliensi relasional yang dibangun secara bersama oleh personel dan pasangan. Implikasi penelitian ini menekankan pentingnya dukungan kesehatan mental berbasis keluarga untuk memperkuat kesejahteraan personel Brimob.

**Kata Kunci:** Resiliensi Relasional, Brimob, Keharmonisan Keluarga, *Flourishing*, *Interpretative Phenomenological Analysis*.

## ABSTRACT

Few studies have explored the dyadic experiences of Brimob personnel and their spouses in building relational resilience when facing high-risk assignments. This study aims to understand how family harmony helps personnel of the Mobile Brigade Corps (Brimob) of the Indonesian National Police cope with work pressure, distance from family, and uncertainty during deployment. This study employed a qualitative approach with an Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) design. The participants consisted of four married couples, including four Brimob personnel and their spouses, who were selected purposively based on their experience of high-risk operational assignments. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and analyzed systematically to identify patterns of meaning in the participants' experiences. The findings revealed three main themes. First, the family served as a safe space for personnel to recover, release the pressure of their operational role, and return to their roles as spouses and parents. Second, calm, empathic, and mutually understanding communication helped reduce psychological burden during deployment. Third, spiritual meaning-making of duty enabled families to better accept risk, distance, and uncertainty as part

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

of shared service. These findings indicate that family harmony functions as a mechanism of relational resilience that is jointly constructed by personnel and their spouses. The study highlights the importance of family-based mental health support to strengthen the well-being of Brimob personnel.
**Keywords:** *Relational Resilience, Brimob, Family Harmony, Flourishing, Interpretative Phenomenological Analysis.*

## PENDAHULUAN

Korps Brigade Mobil (Brimob) menempati posisi unik dalam struktur Kepolisian Negara Republik Indonesia sebagai satuan elite yang menangani kejahatan berintensitas tinggi dan kontingensi yang tidak terduga. Karakteristik tugas ini menempatkan personel pada kategori *high-risk occupation*, di mana mereka secara konsisten terpapar pada stresor ekstrem: ancaman amunisi tajam, konflik komunal, hingga operasi kontra-terorisme (Chan & Andersen, 2020).Masalah krusial muncul ketika tuntutan tugas tersebut mengharuskan personel melakukan penugasan Bawah Kendali Operasi (BKO) ke wilayah konflik atau rawan dalam durasi yang tidak menentu. Kondisi ini menciptakan isolasi fisik dan emosional yang signifikan dari sistem pendukung utama mereka, yaitu keluarga (Zainol et al., 2021; Guérin and Richer, 2022).

Dampak dari paparan stresor ini bersifat multidimensi. Secara fisiologis dan psikologis, personel yang berada di garis depan berisiko tinggi mengalami kelelahan kronis, trauma sekunder, hingga gangguan stres pasca-trauma (PTSD) (Violanti et al., 2019; Papazoglou et al., 2020;). Namun, permasalahan yang sering kali luput dari perhatian otoritas adalah fenomena *stress spillover* dan *stress crossover*. Stresor yang dialami di medan tugas dibawa pulang ke rumah (*spillover*), yang kemudian merembet dan memengaruhi kondisi psikologis pasangan serta anggota keluarga lainnya (*crossover*). Fenomena ini menciptakan ketegangan dalam interaksi pasangan, penurunan kualitas komunikasi, hingga risiko keretakan rumah tangga akibat ketidakmampuan personel melepaskan peran "operasional-tempur" saat memasuki peran "domestik" (Bolger et al., 1989; Westman, 2001; Bakker & Demerouti, 2013;McIntosh et al., 2023).

Budaya organisasi di satuan elite sering kali mengagungkan maskulinitas hegemonik dan ketangguhan emosional (*emotional stoicism*), di mana pengakuan akan kerentanan psikologis dianggap sebagai bentuk kelemahan profesi (Wester et al., 2017; Levant & Wong, 2017). Paradoks ini menciptakan tekanan ganda bagi personel; di satu sisi mereka harus mempertahankan citra "baja" di medan tugas, namun di sisi lain, mereka menghadapi kekosongan emosional yang akut saat kembali ke lingkungan domestik. Ketidaksinkronan antara identitas operasional dan identitas pasangan/orang tua sering kali memicu alienasi di dalam rumah tangga sendiri. Tanpa adanya jembatan relasional yang kokoh, personel berisiko terjebak dalam kesepian fungsional berada secara fisik di tengah keluarga, namun secara psikologis masih tertinggal di medan operasi (Golembiewski et al., 1992; Galovski & Lyons, 2004; Pedersen and Wieser, 2024)

Dalam konteks masyarakat Indonesia, beban psikologis ini semakin kompleks dengan adanya tuntutan peran sosial sebagai figur pelindung masyarakat sekaligus tulang punggung keluarga yang harmonis. Nilai-nilai seperti *Rukun* dan *Tepo Seliro* dalam kultur lokal sering kali menuntut pasangan untuk "menekan" keluh kesah demi menjaga ketenangan rumah tangga (Magnis-Suseno, 1996; Mulder, 2005). Hal ini mengindikasikan bahwa keharmonisan dalam

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

keluarga Brimob bukanlah sebuah kondisi statis yang diberikan oleh alam, melainkan sebuah kontrak psikologis yang dinegosiasikan terus-menerus di tengah bayang-bayang risiko tugas dan perpisahan yang panjang (Hermawan & Djuniarsono, 2025; Surijah et al., 2025).

Dalam lanskap psikologi di Indonesia, kesehatan mental personel Polri selama ini cenderung dikelola melalui pendekatan patologis-defisit, yang hanya hadir ketika gangguan telah bermanifestasi secara klinis. Terdapat pengabaian terhadap kapasitas kekuatan internal sistem pendukung personel. Sebagaimana dikonseptualisasikan dalam paradigma Psikologi Flourishing (Widiantoro, 2026), keberfungsian optimal manusia tidak ditentukan oleh absennya tekanan, melainkan oleh kemampuan individu dan sistem relasinya untuk tetap "bermekaran" melalui pemaknaan hidup yang sehat. Kondisi ini menuntut adanya dukungan relasional yang tidak hanya bersifat superfisial, tetapi menyentuh aspek resiliensi yang mendalam (Ryff, 2014; Waters et al., 2017; Diener et al., 2018). Di Indonesia, "keharmonisan" (*harmoni*) bukan sekadar istilah kultural, melainkan kebutuhan eksistensial bagi keluarga untuk menjaga keseimbangan batin di tengah lingkungan tugas yang tidak aman (Mangundjaya, 2013; Rahmi et al., 2023).

Celah penelitian (*research gap*) yang mendesak untuk ditutup adalah minimnya pemahaman tentang bagaimana keluarga personel Brimob secara aktif membangun Resiliensi Relasional. Sebagian besar riset domestik masih terjebak pada pengukuran kuantitatif individu atau kepuasan pernikahan secara umum (Hermawan and Djuniarsono, 2025; Surijah et al., 2025), sehingga gagal menangkap dinamika inter-subjektif pasangan dalam menavigasi stresor ekstrem. Terdapat reduksi makna di mana keharmonisan keluarga aparat sering dianggap sebagai sesuatu yang terjadi dengan sendirinya (*taken for granted*), padahal bagi keluarga Brimob, harmoni adalah sebuah pencapaian yang diupayakan secara sadar melalui mekanisme *dyadic coping* (Bodenmann, 2005; Falconier & Kuhn, 2019; Walsh, 2021).

Ketidakmampuan personel untuk melakukan *psychological detachment* (pelepasan psikologis) dari tugas militeristik saat berada di rumah sering kali memicu konflik sistemik (Sonnentag et al., 2022). Di sinilah peran keluarga menjadi krusial; bukan hanya sebagai penerima beban, tetapi sebagai sistem yang melakukan "penyanggaan" (*buffering*) dan pemulihan energi mental pasca-tugas (Etzion et al., 1998; Patterson, 2002). Penelitian ini hadir menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) untuk menggali kedalaman subjektif dari pengalaman personel Brimob. Melalui lensa ideografis, penelitian ini bermaksud mengungkap bagaimana makna keharmonisan keluarga bertransformasi menjadi kekuatan nyata yang memungkinkan personel tetap berfungsi secara optimal di garis depan (Smith et al., 2009; Smith & Flowers, 2022).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Pemilihan IPA didasarkan pada tujuan penelitian untuk memahami secara mendalam bagaimana personel Brimob dan pasangan memaknai pengalaman keluarga, tekanan tugas, penugasan berisiko tinggi, serta proses membangun resiliensi relasional dalam kehidupan sehari-hari (Smith et al., 2009; Smith & Flowers, 2022). IPA dipilih karena lebih sesuai dibandingkan fenomenologi umum atau studi kasus. Fenomenologi umum cenderung menekankan deskripsi esensi pengalaman, sedangkan studi kasus berfokus pada analisis mendalam terhadap satu kasus atau sistem tertentu. Sebaliknya, IPA memungkinkan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

eksplorasi makna subjektif, refleksi personal, dan pengalaman hidup yang mendalam pada jumlah partisipan kecil dan homogen. Dengan demikian, IPA relevan untuk menelaah pengalaman diadik antara personel Brimob dan pasangan dalam membangun keharmonisan keluarga di tengah tekanan tugas berisiko tinggi.

Secara epistemologis, IPA berpijak pada fenomenologi, hermeneutika, dan ideografi. Fenomenologi digunakan untuk memahami pengalaman hidup partisipan dari sudut pandang mereka sendiri; hermeneutika digunakan karena peneliti melakukan interpretasi terhadap cara partisipan memberi makna pada pengalaman tersebut; sedangkan ideografi menekankan analisis mendalam pada setiap kasus sebelum dilakukan sintesis lintas kasus (Smith et al., 2009; Eatough & Smith, 2017). Melalui pendekatan ini, penelitian tidak diarahkan untuk menghasilkan generalisasi statistik, tetapi untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai dinamika resiliensi relasional dalam keluarga personel Brimob.

Partisipan Sesuai dengan prinsip sampel homogen dalam IPA, partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* untuk memastikan keterwakilan pengalaman yang spesifik. Kriteria inklusi meliputi: (1) Personel aktif Korps Brimob Polri, (2) Telah berkeluarga dan tinggal bersama pasangan, (3) Memiliki pengalaman penugasan operasi (BKO) minimal enam bulan dalam dua tahun terakhir, dan (4) Bersedia secara sukarela membagikan pengalaman pribadinya. Jumlah partisipan dibatasi pada delapan orang guna menjamin kedalaman analisis idiografis yang intensif, di mana setiap kasus diperlakukan sebagai entitas yang utuh sebelum dilakukan sintesis lintas kasus (Smith & Flowers, 2022).

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah delapan orang, terdiri atas empat personel Brimob dan empat pasangan. Jumlah ini sesuai dengan karakter IPA yang menekankan kedalaman analisis pada sampel kecil dan homogen, sehingga setiap kasus dapat dianalisis secara intensif sebelum dibandingkan dengan kasus lain (Smith & Flowers, 2022).

**Tabel 1. Profil Partisipan Penelitian**

| Kode | Inisial | Usia | Pangkat | Masa Kerja | Status dalam Penelitian | Pengalaman BKO Terakhir |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **P1** | RA | 46 | IPTU | 21 Thn | Personel (Suami) | 6 bln (Satgas Amole) |
| **P2** | NS | 35 | - | - | Pasangan (Istri P1) | - |
| **P3** | WT | 43 | AKP | 23 Thn | Personel (Suami) | 6 bln (BKO Polda Metro) |
| **P4** | RS | 32 | - | - | Pasangan (Istri P3) | - |
| **P5** | DB | 28 | BRIPKA | 9 Thn | Personel (Suami) | 12 bln (Satgas Ops Papua) |
| **P6** | ML | 30 | - | - | Pasangan (Istri P5) | - |
| **P7** | KW | 46 | AKP | 23 Thn | Personel (Suami) | 12 bln (Misi Perdamaian PBB) |
| **P8** | TF | 42 | - | - | Pasangan (Istri P7) | - |

Data primer dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur mendalam (*in-depth interview*). Panduan wawancara disusun dengan pertanyaan terbuka yang bersifat eksploratif untuk mendorong partisipan menceritakan pengalaman mereka secara naratif dan reflektif. Proses wawancara dilakukan secara tatap muka dalam suasana yang aman dan privat untuk menjamin kenyamanan partisipan serta kerahasiaan data (*confidentiality*). Seluruh percakapan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

direkam menggunakan perangkat digital dan ditranskripsi secara verbatim setelah mendapatkan persetujuan tertulis (*informed consent*) dari setiap partisipan.

Analisis data dilakukan secara sistematis dengan mengikuti protokol iteratif Smith et al. (2009) yang terdiri dari enam tahapan: (1) Membaca dan Membaca Ulang (*Reading and Re-reading*): Melakukan imersi data untuk memahami dunia partisipan; (2) Pengodean Awal (*Initial Noting*): Memberikan catatan pada level deskriptif, linguistik, dan konseptual terhadap transkrip; (3) Pengembangan Tema Fenomenologis (*Developing Emergent Themes*): Mengidentifikasi pola makna dari catatan awal; (4) Mencari Koneksi Antar Tema (*Searching for Connections*): Mengelompokkan tema-tema ke dalam tema induk (*superordinate themes*); (5) Analisis Kasus Selanjutnya: Mengulangi prosedur pada partisipan berikutnya dengan tetap menghargai keunikan tiap kasus; dan (6) Identifikasi Pola Lintas Kasus: Mencari esensi pengalaman kolektif tanpa menghilangkan detail individu (Smith & Flowers, 2022).

Dalam konteks penelitian diadik, analisis dilakukan pada dua tingkat. Pertama, peneliti menganalisis pengalaman masing-masing individu, baik personel maupun pasangan. Kedua, peneliti membandingkan pola makna dalam satu pasangan untuk memahami kesamaan, perbedaan, dan keterhubungan pengalaman antara personel dan pasangan. Prosedur ini membantu peneliti memahami bagaimana resiliensi relasional dibangun melalui interaksi dan pemaknaan bersama, bukan hanya melalui pengalaman individual.

Untuk menjamin validitas dan reliabilitas riset kualitatif, peneliti menerapkan empat kriteria dari Yardley (2000): (a) *Sensitivity to context*, melalui pemahaman mendalam terhadap budaya organisasi dan risiko tugas Brimob; (b) *Commitment and rigor*, melalui ketelitian dalam pengumpulan data dan analisis transkrip; (c) *Transparency and coherence*, melalui penyajian narasi yang logis dan jejak audit yang jelas; serta (d) *Impact and importance*, untuk memastikan temuan ini memiliki kontribusi nyata bagi literatur psikologi dan kebijakan kesejahteraan personel Polri.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

**Tabel 2. Matriks Tema Induk dan Sub-Tema Analisis IPA**

| Tema Induk (Superordinate Themes) | Sub-Tema | Kata Kunci/Frasa Signifikan |
|---|---|---|
| 1. Rumah sebagai *Psychological Sanctuary* | 1.1. Dekompresi Identitas | "Melepas jaket baja", "Berhenti jadi komandan". |
| | 1.2. Izin untuk Rentan | "Boleh manja", "Boleh mengeluh capek". |
| 2. Komunikasi Empatik & *Holding Environment* | 2.1. *Responsive Availability* | "Suara di telepon yang menenangkan". |
| | 2.2. *Invisible Support* | "Tidak mengeluh urusan rumah saat BKO". |
| 3. Spiritualisasi Makna Tugas | 3.1. *Shared Sacred Meaning* | "Langkah kaki adalah amal jariyah". |
| | 3.2. Resiliensi Transenden | "Tujuan lebih besar dari sekadar gaji". |

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Berdasarkan analisis IPA, ditemukan tiga tema induk yang memetakan dinamika resiliensi relasional pasangan Brimob. Ketiga tema tersebut tidak dipahami sebagai konsep yang dipaksakan dari teori, tetapi muncul dari pola pengalaman, ungkapan, dan makna yang berulang dalam narasi partisipan.

**Rumah sebagai *Psychological Sanctuary* (Suaka Psikologis)**

Analisis mengungkap bahwa keharmonisan rumah tangga dihayati bukan sekadar sebagai absennya konflik, melainkan sebagai sebuah zona aman (suaka) untuk melepaskan identitas operasional yang kaku. Bagi personel Brimob, rumah adalah satu-satunya tempat di mana mereka merasa memiliki izin psikologis untuk menunjukkan kerentanan tanpa mengancam integritas profesi mereka yang militeristik. P1 menggambarkan transisi ini sebagai proses pelepasan "beban identitas" yang sangat kontras antara medan tugas dan ruang domestik:

> *"Kalau di mako atau di lapangan, saya ini komandan. Saya harus terlihat kuat, tegas, dan nggak boleh ragu sedikitpun karena nyawa anggota ada di tangan saya. Tapi begitu sampai rumah, saya merasa 'jaket baja' saya lepas. Saya bisa jadi ayah yang manja sama anak, atau sekadar mengeluh capek ke pasangan tanpa takut dinilai lemah."* (P1, Personel).

Kutipan tersebut memperlihatkan adanya perbedaan yang jelas antara identitas operasional dan identitas domestik. Di lingkungan tugas, personel dituntut untuk tampil kuat, tegas, dan terkendali. Namun, di rumah, personel merasa memiliki ruang untuk menunjukkan sisi manusiawi yang lelah, membutuhkan perhatian, dan ingin diterima tanpa penilaian. Dalam pengalaman P1, keharmonisan keluarga muncul ketika rumah memungkinkan proses transisi dari peran profesional menuju peran relasional. Pola serupa juga muncul pada pasangan diadik lain. P4, yang merupakan istri P3, menggambarkan bagaimana ia secara sadar menciptakan ruang transisi bagi pasangannya setelah kembali dari tugas. Temuan lintas pasangan ini menunjukkan bahwa pemberian ruang untuk pemulihan merupakan pola pengalaman yang tidak terbatas pada satu pasangan saja. P4 menjelaskan:

> *"Saya tahu kalau pasangan pulang itu butuh jeda. Saya nggak akan langsung tanya macam-macam. Saya biarkan dia mandi dulu, makan, sampai dia merasa benar-benar sudah 'pulang' jiwanya. Keharmonisan bagi saya adalah saat rumah bisa jadi tempat dia membuang semua stres dari luar."* (P4, Pasangan).

Kutipan P4 menunjukkan bahwa pasangan tidak hanya menerima kepulangan personel secara fisik, tetapi juga memahami bahwa proses “pulang” memiliki dimensi psikologis. Ungkapan “pulang jiwanya” menunjukkan bahwa pasangan menyadari adanya beban emosional yang masih terbawa dari medan tugas. Dengan memberi jeda, pasangan membantu menciptakan ruang aman agar personel dapat beradaptasi kembali dengan kehidupan keluarga.

Secara keseluruhan, tema ini menunjukkan bahwa rumah menjadi ruang pemulihan ketika pasangan mampu menerima perubahan emosi personel setelah bertugas. Keharmonisan keluarga dalam konteks ini tidak bersifat otomatis, tetapi dibangun melalui kesediaan pasangan untuk memahami ritme emosional personel dan kesediaan personel untuk kembali hadir dalam relasi keluarga.

**Tema 2: Komunikasi Empatik dan *Holding Environment***

Analisis pada tema kedua mengungkapkan bahwa keharmonisan keluarga di tengah stresor tinggi tidak dibangun melalui instruksi atau nasihat teknis, melainkan melalui

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

penciptaan *holding environment*. Dalam konteks ini, pasangan bertindak sebagai ruang aman yang mampu menampung kecemasan dan beban emosional personel tanpa menambah beban baru melalui keluhan domestik. Ketenangan pasangan menjadi faktor determinan bagi stabilitas kognitif personel saat berada di medan tugas yang mengancam nyawa. P5 memberikan gambaran mendalam tentang bagaimana komunikasi yang tenang dari pasangan menjadi jangkar kewarasan (*sanity anchor*) saat dirinya berada dalam operasi berisiko tinggi:

> *"Waktu operasi 12 bulan di Papua, yang bikin saya tetap waras adalah suara pasangan di telepon. Dia nggak pernah mengeluh soal urusan rumah yang berat. Dia cuma bilang, 'Ayah fokus saja di sana, kami di sini mendoakan dan baik-baik saja'. Itu dukungan luar biasa yang membuat saya tidak terbagi pikirannya."* (P5, Personel).

Pernyataan P5 menyinggung aspek penting dari *dyadic coping* yang bersifat tidak terlihat (*invisible support*). Strategi pasangan untuk tidak membagi beban domestik saat personel bertugas merupakan bentuk pengorbanan relasional yang bertujuan menjaga kapasitas fungsional personel di lapangan. Dalam perspektif psikologi kognitif, kondisi "tidak terbagi pikirannya" sangat krusial bagi personel Brimob untuk mempertahankan kewaspadaan situasi (*situational awareness*) yang menentukan hidup dan mati. Dalam pengalaman partisipan, ketenangan pasangan membantu mengurangi beban pikiran personel selama berada di lokasi penugasan.

Penjabaran lebih lanjut menunjukkan bahwa resiliensi relasional pada keluarga Brimob tidak bergantung pada kedekatan fisik, melainkan pada ketersediaan responsif (*responsive availability*). Fenomena ini mematahkan asumsi bahwa jarak fisik (BKO) secara otomatis melemahkan relasi. Sebaliknya, komunikasi yang terkurasi secara empatik membangun "kehadiran psikologis" yang memberikan rasa aman. Keharmonisan dalam kondisi ini dimaknai sebagai kemampuan pasangan untuk melakukan filtrasi informasi; mereka memahami kapan harus berbagi beban dan kapan harus menjadi tameng emosional. Dukungan tidak tampak ini dipahami oleh partisipan sebagai cara pasangan menjaga konsentrasi dan ketenangan personel di lapangan. Meskipun demikian, data juga menunjukkan bahwa bentuk dukungan ini membutuhkan kemampuan pengelolaan emosi yang besar dari pasangan. Pasangan tidak hanya menjadi penerima dampak penugasan, tetapi juga pengelola situasi domestik ketika personel tidak berada di rumah. Dengan demikian, komunikasi empatik dalam keluarga Brimob bukan hanya tentang memberi semangat, tetapi juga tentang kemampuan kedua pihak menjaga keseimbangan antara kejujuran, ketenangan, dan perlindungan emosional.

Komunikasi empatik ini merupakan mekanisme perlindungan terhadap *stress crossover*. Dengan meminimalisir transmisi stres dari rumah ke medan tugas, pasangan secara aktif membantu personel melakukan regulasi emosi secara jarak jauh. Keharmonisan dalam dimensi ini dimaknai sebagai keselarasan visi, di mana pasangan memahami bahwa ketenangan domestik adalah kontribusi nyata bagi keselamatan personel di garis depan.

**Spiritualisasi Makna Tugas dan Resiliensi Transenden**

Temuan terakhir dalam penelitian ini menyoroti dimensi yang paling mendalam dari keharmonisan keluarga Brimob, yaitu transformasi stresor kerja menjadi nilai-nilai transenden. Partisipan tidak lagi memaknai risiko tugas sebagai beban profesional semata, melainkan sebagai bentuk pengabdian spiritual yang dihayati secara kolektif oleh seluruh anggota keluarga. Pemaknaan ini bertindak sebagai perisai psikologis yang melindungi keluarga dari

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

rasa cemas berlebihan saat personel berada di medan operasi. P7 memberikan gambaran eksplisit tentang bagaimana keluarga melakukan negosiasi makna terhadap bahaya yang dihadapi melalui lensa spiritualitas:

> *"Kami sudah sepakat, setiap langkah kaki saya keluar rumah untuk tugas itu amalnya juga buat pasangan dan anak. Jadi kalau saya lelah atau menghadapi bahaya, saya ingat kalau ini jalan kami sekeluarga untuk beribadah. Itu yang membuat kami tetap harmonis, karena ada tujuan yang lebih besar dari sekadar gaji."* (P7, Personel).

Pernyataan P7 mengindikasikan adanya Sistem Keyakinan Keluarga (*Family Belief Systems*) yang sangat kuat. Penggunaan istilah "amalnya juga buat pasangan dan anak". Kutipan tersebut menunjukkan bahwa tugas dipahami sebagai bagian dari ibadah dan pengabdian keluarga. Ungkapan “amalnya juga buat pasangan dan anak” memperlihatkan bahwa risiko tugas tidak dimaknai sebagai beban individual personel saja, tetapi sebagai pengalaman yang ikut ditanggung dan diberi makna oleh keluarga. Pemaknaan ini membantu keluarga membangun rasa kebersamaan, meskipun mereka harus menghadapi jarak, ketidakhadiran sementara, dan kemungkinan bahaya.

Analisis lebih mendalam menunjukkan bahwa proses spiritualisasi ini melibatkan konstruksi makna suci bersama (*shared sacred meaning*) yang menyatukan anggota keluarga dalam satu visi eksistensial. Keharmonisan tidak lagi diukur dari intensitas pertemuan fisik, melainkan dari kedalaman komitmen terhadap nilai transenden tersebut. Hal ini sangat efektif untuk mereduksi ketegangan akibat ketidakhadiran figur orang tua atau pasangan di rumah. Rasa sakit karena perpisahan dikonversi menjadi kebanggaan spiritual, di mana setiap kesulitan yang dialami di rumah dipandang sebagai kontribusi pasangan terhadap "amal" yang sedang dikumpulkan oleh personel di medan tugas.

Lebih jauh lagi, resiliensi transenden ini memberikan kerangka kerja bagi keluarga untuk menoleransi ketidakpastian yang ekstrem. Dalam dinamika operasional Brimob, di mana ancaman kematian adalah realitas yang nyata, spiritualitas kolektif menyediakan "jangkar harapan" yang melampaui logika materialistik. Jika keharmonisan hanya didasarkan pada kepuasan fungsional (seperti kehadiran fisik atau materi), maka krisis tugas akan mudah menghancurkan struktur keluarga. Namun, dengan adanya orientasi transenden, keluarga memiliki daya tahan terhadap guncangan karena mereka merasa menjadi bagian dari skenario yang lebih besar (*larger purpose*). Dalam kerangka Psikologi Flourishing (Widiantoro, 2026), ini adalah level tertinggi dari kesehatan mental positif, di mana harmoni dicapai melalui integrasi antara tantangan hidup dengan kedalaman spiritual. Dengan adanya makna spiritual, keluarga memperoleh kerangka untuk menerima ketidakpastian tanpa kehilangan harapan.

Secara teoretis, transendensi memberikan konteks yang lebih luas bagi keluarga untuk memahami peristiwa buruk atau berbahaya yang menimpa mereka. Keharmonisan dalam konteks ini tidak lagi bersifat emosional-pendek, melainkan bersifat eksistensial; keluarga merasa harmonis karena mereka merasa sedang berjalan bersama menuju tujuan suci yang sama. Strategi *reframing* kognitif ini secara efektif mengubah narasi "perpisahan" menjadi "perjuangan nilai." Spiritualitas kolektif memberikan rasa kendali (*sense of control*) atas situasi yang secara objektif di luar kendali mereka.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Secara keseluruhan, tiga tema hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi relasional keluarga Brimob dibangun melalui tiga proses utama: rumah sebagai ruang aman, komunikasi empatik yang menjaga keterhubungan, dan pemaknaan spiritual terhadap tugas. Ketiga proses tersebut saling berkaitan dalam membantu personel dan pasangan mempertahankan keharmonisan keluarga selama menghadapi penugasan berisiko tinggi.

**Tabel 3. Matriks Integrasi Analisis Lintas Kasus**

| **Tema Induk** | **P1/P2** | **P3/P4** | **P5/P6** | **P7/P8** |
|---|---|---|---|---|
| Rumah sebagai *Psychological Sanctuary* | √ | √ | √ | √ |
| Komunikasi Empatik & *Holding Environment* | √ | - | √ | √ |
| Spiritualisasi Makna Tugas | √ | √ | √ | √ |
| Status Akhir | Muncul | Muncul | Muncul | Muncul |

Tabel 3 menunjukkan bahwa tiga tema utama muncul pada sebagian besar pasangan partisipan. Tema rumah sebagai ruang aman dan spiritualitas makna tugas muncul pada seluruh pasangan, sedangkan tema komunikasi empatik dan lingkungan penyangga muncul kuat pada tiga pasangan. Pola ini menunjukkan bahwa resiliensi relasional dalam keluarga Brimob dibangun melalui pengalaman yang relatif konsisten, meskipun tetap memiliki variasi pada masing-masing pasangan.

## Pembahasan

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa resiliensi pada personel Brimob tidak hanya merupakan kapasitas individual, tetapi juga dibentuk melalui relasi keluarga. Tiga tema yang ditemukan menunjukkan bahwa keluarga berperan sebagai ruang pemulihan, sumber komunikasi yang menenangkan, dan tempat pembentukan makna bersama. Dengan demikian, keharmonisan keluarga dalam konteks personel Brimob perlu dipahami sebagai proses aktif yang dibangun oleh personel dan pasangan dalam menghadapi tekanan tugas berisiko tinggi. Tema pertama, yaitu rumah sebagai ruang aman psikologis, menunjukkan pentingnya proses pemulihan setelah personel menghadapi tekanan tugas. Temuan ini selaras dengan pandangan Sonnentag et al. (2022) bahwa pemulihan dari pekerjaan tidak hanya berkaitan dengan berhentinya aktivitas kerja, tetapi juga dengan kemampuan individu melepaskan diri secara psikologis dari tuntutan pekerjaan. Dalam konteks Brimob, proses ini tampak ketika personel dapat “melepas jaket baja” dan kembali menjalankan peran sebagai pasangan atau orang tua. Rumah menjadi tempat yang memungkinkan personel menurunkan kewaspadaan, mengekspresikan kelelahan, dan mengalami penerimaan emosional.

Temuan ini juga relevan dengan risiko psikologis yang sering dialami aparat penegak hukum dan personel berisiko tinggi, seperti trauma sekunder, kelelahan emosional, dan stres kerja berkepanjangan (Violanti et al., 2019). Dalam lingkungan kerja yang menuntut kontrol emosi dan ketangguhan, personel sering kali menghadapi kesulitan untuk menunjukkan kerentanan. Norma maskulinitas dan ketangguhan emosional dapat membuat personel menekan perasaan lelah atau takut agar tetap terlihat kuat (Wester et al., 2017; Levant & Wong, 2017). Oleh karena itu, keluarga yang mampu menerima kerentanan personel berperan penting dalam membantu pemulihan psikologis dan mencegah berlanjutnya ketegangan dari ranah kerja ke ranah rumah.

### Analisis Kolektif dan Kebermekaran Jiwa (*Collective Flourishing*)

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Dalam perspektif psikologi flourishing, rumah sebagai ruang aman tidak hanya berfungsi sebagai tempat istirahat, tetapi juga sebagai ruang yang memungkinkan individu mempertahankan keberfungsian positif di tengah tekanan (Widiantoro, 2026). Ketika personel merasa diterima sebagai manusia yang dapat lelah dan rentan, keluarga membantu menjaga keseimbangan antara tuntutan profesional dan kebutuhan personal. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa flourishing pada profesi berisiko tinggi tidak dapat dilepaskan dari kualitas relasi yang menopang kehidupan sehari-hari.

Tema kedua menunjukkan bahwa komunikasi empatik dan lingkungan penyangga menjadi mekanisme penting dalam resiliensi relasional. Dalam penelitian ini, pasangan berperan sebagai sumber ketenangan melalui komunikasi yang stabil, doa, dan pesan yang memberi rasa aman. Fungsi ini dapat dipahami melalui konsep *holding environment* dari Winnicott (1965), yaitu lingkungan yang mampu menampung kecemasan dan memberi rasa aman secara emosional. Dalam konteks keluarga Brimob, pasangan menciptakan lingkungan penyangga melalui suara yang menenangkan, pilihan kata yang tidak memperberat beban personel, serta kemampuan mengelola informasi domestik selama penugasan.

Temuan ini juga berkaitan dengan konsep *invisible support* atau dukungan tidak tampak. Bolger dan Amarel (2007) menjelaskan bahwa dukungan yang tidak selalu terlihat secara eksplisit dapat membantu individu menghadapi stres tanpa merasa terbebani atau kehilangan otonomi. Dalam konteks operasi berisiko tinggi, dukungan tidak tampak dari pasangan membantu personel menjaga konsentrasi dan kewaspadaan, terutama karena situasi tugas menuntut *situational awareness* yang tinggi (Andersen et al., 2015). Dengan demikian, dukungan pasangan bukan hanya berdampak pada kesejahteraan emosional, tetapi juga berhubungan dengan kemampuan personel untuk tetap fokus dalam situasi berisiko.

Namun, temuan ini perlu dibaca secara kritis. Dukungan tidak tampak tidak boleh dipahami secara romantis sebagai pengorbanan pasangan yang selalu positif. Ketika pasangan terus-menerus menahan keluhan, menunda penyampaian masalah domestik, atau menyembunyikan beban emosional demi menjaga fokus personel, terdapat risiko munculnya tekanan psikologis tersembunyi pada pasangan, terutama istri. Dalam jangka panjang, pola ini dapat menciptakan ketimpangan beban emosional dalam keluarga. Pasangan yang berada di rumah dapat menanggung tanggung jawab pengasuhan, pengelolaan rumah tangga, kecemasan terhadap keselamatan personel, serta tuntutan untuk tetap terlihat kuat.

Kritik ini penting karena resiliensi relasional seharusnya tidak hanya diukur dari kemampuan keluarga menjaga ketenangan personel, tetapi juga dari sejauh mana kesejahteraan pasangan ikut terlindungi. Jika *invisible support* dilakukan tanpa ruang komunikasi timbal balik, pasangan dapat mengalami kelelahan emosional, merasa sendirian, atau kehilangan kesempatan untuk menyampaikan kebutuhan personalnya. Dengan demikian, dukungan tidak tampak perlu dipahami sebagai strategi adaptif yang berguna dalam situasi tertentu, tetapi berisiko menjadi tidak sehat apabila berubah menjadi pola diam, penekanan emosi, atau pembagian peran gender yang tidak seimbang.

Dalam kerangka *spillover-crossover model*, tekanan kerja personel dapat berpindah ke keluarga, dan sebaliknya tekanan domestik juga dapat memengaruhi kondisi psikologis personel (Bakker & Demerouti, 2013; Westman, 2001). Oleh karena itu, pasangan perlu memiliki ruang aman yang sama untuk mengungkapkan kecemasan dan beban yang mereka alami. Dyadic coping yang sehat bukan hanya menuntut pasangan untuk menenangkan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

personel, tetapi juga menuntut adanya komunikasi dua arah, pembagian beban, dan pengakuan terhadap kebutuhan emosional kedua pihak (Falconier & Kuhn, 2019). Dengan demikian, institusi dan keluarga perlu berhati-hati agar dukungan pasangan tidak berubah menjadi beban psikologis yang tersembunyi dan tidak tertangani.

Tema ketiga menunjukkan bahwa spiritualitas menjadi sumber makna penting bagi keluarga personel Brimob. Keluarga tidak hanya memandang tugas sebagai pekerjaan, tetapi juga sebagai bentuk pengabdian dan ibadah. Dalam teori resiliensi keluarga, Walsh (2021) menekankan bahwa kemampuan keluarga menemukan makna dalam kesulitan merupakan salah satu fondasi utama resiliensi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa makna spiritual membantu keluarga memahami risiko, jarak, dan ketidakpastian sebagai bagian dari tujuan yang lebih besar.

Pemaknaan spiritual tersebut juga sejalan dengan konsep *sanctification*, yaitu proses ketika pengalaman atau peran tertentu diberi makna suci dalam kehidupan keluarga (Mahoney et al., 2003). Ketika tugas Brimob dimaknai sebagai ibadah atau pengabdian bersama, penderitaan akibat perpisahan dapat ditafsirkan ulang sebagai bagian dari kontribusi keluarga. Dalam perspektif koping religius, keyakinan spiritual dapat membantu individu dan keluarga menghadapi stres besar dengan cara membangun harapan, penerimaan, dan rasa keterhubungan dengan tujuan hidup yang lebih luas (Park, 2010; Pargament et al., 2011).

Namun, pemaknaan spiritual juga perlu ditempatkan secara proporsional. Spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan, tetapi tidak seharusnya digunakan untuk meniadakan kebutuhan psikologis, menormalisasi penderitaan pasangan, atau mengabaikan perlunya dukungan institusional. Jika spiritualitas dipakai semata-mata untuk meminta keluarga “ikhlas” tanpa menyediakan dukungan nyata, maka makna religius dapat berubah menjadi mekanisme pembungkaman emosi. Oleh karena itu, spiritualitas perlu dipadukan dengan komunikasi terbuka, dukungan sosial, dan akses terhadap bantuan psikologis ketika keluarga menghadapi tekanan berat.

Secara integratif, tiga tema penelitian ini menunjukkan hubungan yang saling melengkapi. Rumah sebagai ruang aman menyediakan fondasi pemulihan; komunikasi empatik menjaga keterhubungan emosional selama penugasan; dan spiritualitas memberi kerangka makna untuk menerima risiko serta ketidakpastian. Ketiga tema tersebut dapat dipahami sebagai bagian dari resiliensi relasional, yaitu kemampuan pasangan dan keluarga untuk bertahan, menyesuaikan diri, dan tetap berfungsi positif dalam menghadapi tekanan ekstrem (Walsh, 2021). Dalam konteks ini, resiliensi tidak hanya berada dalam diri personel, tetapi diproduksi melalui interaksi antara personel, pasangan, keluarga, dan makna yang mereka bangun bersama.

Temuan ini juga memperluas pemahaman tentang flourishing dalam konteks profesi berisiko tinggi. Flourishing tidak hanya berarti kebahagiaan individual, tetapi juga keberfungsian positif yang ditopang oleh relasi, makna, dan kemampuan keluarga mengelola tekanan (Widiantoro, 2026). Hal ini berkaitan dengan *sense of coherence*, yaitu kemampuan memahami, mengelola, dan memaknai stresor sebagai bagian dari kehidupan yang dapat dihadapi (Antonovsky, 2019). Dalam keluarga Brimob, sense of coherence terbentuk melalui pemahaman bersama mengenai risiko tugas, strategi komunikasi yang menenangkan, dan pemaknaan spiritual terhadap pengabdian.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Dalam konteks budaya Indonesia, keharmonisan keluarga juga memiliki makna sosial dan psikologis yang penting. Nilai harmoni, saling memahami, dan menjaga ketenangan relasi dapat membantu keluarga mempertahankan stabilitas di tengah tekanan (Rahmi et al., 2023). Namun, nilai harmoni juga perlu dibaca secara kritis agar tidak berubah menjadi tuntutan untuk menekan konflik atau menyembunyikan beban emosional. Keharmonisan yang sehat bukan berarti tidak adanya keluhan, melainkan adanya ruang aman bagi personel dan pasangan untuk saling menyampaikan kebutuhan, mengelola perbedaan, dan mencari dukungan ketika tekanan menjadi terlalu berat.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya institusi Polri dan satuan Brimob memperhatikan keluarga sebagai bagian dari sistem pendukung personel. Intervensi kesehatan mental sebaiknya tidak hanya diarahkan kepada personel secara individual, tetapi juga mencakup pasangan dan keluarga. Program seperti psikoedukasi keluarga, pelatihan komunikasi empatik, pelatihan *dyadic coping*, konseling pasangan, serta pendampingan keluarga sebelum, selama, dan setelah penugasan dapat menjadi strategi preventif yang relevan (Falconier & Kuhn, 2019; Westman, 2001). Program tersebut penting bukan hanya untuk menjaga kesiapan personel, tetapi juga untuk memastikan bahwa pasangan tidak menanggung beban emosional secara diam-diam**.**

Dengan demikian, penelitian ini menawarkan pemahaman yang lebih seimbang tentang resiliensi keluarga personel Brimob. Di satu sisi, keluarga terbukti menjadi sumber kekuatan, pemulihan, dan makna bagi personel yang menghadapi tugas berisiko tinggi. Di sisi lain, resiliensi relasional perlu dipahami secara kritis agar tidak meromantisasi pengorbanan pasangan atau mengabaikan risiko beban psikologis tersembunyi. Keluarga bukan hanya "penyangga" bagi personel, tetapi juga sistem yang perlu dilindungi, didukung, dan diperkuat agar mampu mempertahankan kesejahteraan bersama.

## KESIMPULAN

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa keharmonisan keluarga berperan sebagai sumber resiliensi relasional bagi personel Brimob dalam menghadapi penugasan berisiko tinggi. Melalui pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), penelitian ini menemukan bahwa keluarga menjadi ruang aman bagi personel untuk memulihkan diri setelah menghadapi tekanan tugas. Komunikasi empatik antara personel dan pasangan juga membantu menjaga ketenangan, keterhubungan emosional, dan fokus selama masa penugasan. Selain itu, pemaknaan spiritual terhadap tugas membantu keluarga menerima risiko, jarak, dan ketidakpastian sebagai bagian dari pengabdian bersama.

Secara teoretis, penelitian ini memperluas pemahaman tentang resiliensi pada profesi berisiko tinggi dengan menempatkan keluarga sebagai sistem relasional yang aktif. Resiliensi personel tidak hanya dibentuk oleh ketangguhan individual, tetapi juga oleh pengalaman diadik antara personel dan pasangan. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa aman, komunikasi, dan makna bersama merupakan unsur penting dalam membangun resiliensi relasional. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi pada kajian psikologi keluarga dan psikologi kepolisian, khususnya dalam memahami kesejahteraan personel melalui hubungan antara individu, pasangan, keluarga, dan konteks tugas.

Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan kesehatan mental berbasis keluarga bagi personel Brimob. Institusi kepolisian dapat memperkuat kesejahteraan personel melalui psikoedukasi pasangan, pelatihan komunikasi empatik, penguatan coping

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

diadik, dan pendampingan keluarga sebelum, selama, serta setelah penugasan berisiko tinggi. Pendekatan ini penting agar keluarga tidak hanya diposisikan sebagai sumber dukungan bagi personel, tetapi juga sebagai sistem yang perlu dilindungi dan diperkuat. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam dan menggunakan desain longitudinal untuk memahami perubahan dinamika keluarga sepanjang siklus penugasan.

## DAFTAR PUSTAKA

Andersen, J. P., Papazoglou, K., Koskelainen, M., & Nyman, M. (2015). Occupational stress and specialized police work: A field study. *Journal of Police and Criminal Psychology*, *30*(3), 185–197. https://doi.org/10.1007/s11896-014-9150-x

Antonovsky, A. (2019). *Health, stress, and coping: New perspectives on mental and physical well-being*. Jossey-Bass. (Original work published 1979).

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2013). The spillover-crossover model. In J. G. Grzywacz & E. Demerouti (Eds.), *New frontiers in work and family research* (pp. 54–70). Psychology Press. https://doi.org/10.4324/9780203586563

Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital quality. In T. A. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33–49). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/11031-002

Bolger, N., & Amarel, D. (2007). Effects of social support visibility on adjustment to stress: Experimental evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*(3), 458–475. https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.458

Chan, J.F. and Andersen, J.P. (2020) "Physiological Stress Responses Associated with High-Risk Occupational Duties," in *IntechOpen eBooks*. IntechOpen. https://10.5772/intechopen.93943 .

Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, *2*(4), 253–260. https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6

Eatough, V., & Smith, J. A. (2017). Interpretative phenomenological analysis. In C. Willig & W. Stainton-Rogers (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (pp. 193–211). SAGE Publications. https://doi.org/10.4135/9781526405555.n12

Etzion, D., Eden, D., & Lapidot, Y. (1998). Relief from job stressors and burnout: Reserve service as a respite. *Journal of Applied Psychology*, *83*(4), 577–585. https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.4.577

Falconier, M. K., & Kuhn, R. (2019). Dyadic coping in couples: A conceptual integration and a review of the empirical literature. *Frontiers in Psychology*, *10*, 816. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00816

Galovski, T., & Lyons, J. A. (2004). Psychological sequelae of combat violence: A review of the impact of PTSD on the veteran's family and possible interventions. *Aggression and Violent Behavior*, *9*(5), 477–501. https://doi.org/10.1016/S1359-1789(03)00045-4

Guérin, E. and Richer, I. (2022) "Piloting the home ship: Understanding the deployment experience of Canadian Special Operations Forces Command spouses," *PubMed Central*, 36(2), pp. 168–183. https://10.1080/08995605.2022.2153548.

Golembiewski, R. T., Munzenrider, R. F., & Stevenson, J. G. (1986). *Stress in organizations: Toward a phase model of burnout*. Praeger.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

**PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi**
Vol. 6, No. 2, April -Juni 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Hermawan, D. and Djuniarsono, R. (2025) "Efektivitas Pengamanan dan Pengawalan oleh Brimob Sebagai Ajudan di Luar Lingkungan Kepolisian Dikaitkan dengan Peraturan Kapolri Nomor 4 Tahun 2017," *Karimah Tauhid.*, 4(5), pp. 2687–2697. https://10.30997/karimahtauhid.v4i5.18888.

Levant, R. F., & Wong, Y. J. (Eds.). (2017). *The psychology of men and masculinities*. American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/0000023-000

Magnis-Suseno, F. (1996). *Etika Jawa: Sebuah analisa falsafi tentang kebijaksanaan hidup Jawa*. Gramedia Pustaka Utama.

Mangundjaya, W. L. H. (2013). Is there cultural change in the national cultures of Indonesia? In Y. Kashima, E. S. Kashima, & R. Beatson (Eds.), *Steering the cultural dynamics: Selected papers from the 2010 Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychology*. International Association for Cross-Cultural Psychology. https://doi.org/10.4087/ZFMU44273

Mahoney, A., Pargament, K. I., Murray-Swank, A., & Tarakeshwar, N. (2003). Religion in families: The voices of parents and children. *Journal of Individual Psychology*, *59*(3), 260–274.

McIntosh, J. *et al.* (2023) "Family Cohesion and Relationship Quality in Defence Force Families: Rapid Review," *Open Journal of Social Sciences*, 11(3). 56–93. https://10.4236/jss.2023.113005 .

Mulder, N. (2005). *Inside Indonesian society: Cultural change in Java*. Kanisius.

Pargament, K. I., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The RCOPE: A brief measure of religious coping with major life stressors. *Journal of Clinical Psychology*, *67*(4), 51–76. https://doi.org/10.1080/01612840.2010.535140

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning making model: Its upsides, downsides, and boundaries. *Psychological Bulletin*, *136*(2), 257–301. https://doi.org/10.1037/a0018305

Papazoglou, K., Blumberg, D. M., Kamkar, K., McIntyre-Smith, A., & Koskelainen, M. (2020). Addressing moral suffering in police work: Theoretical conceptualization and counselling implications. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, *54*(1), 71–87. https://cjc-rcc.ucalgary.ca/index.php/rcc/article/view/68490

Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, *58*(3), 233–246. https://doi.org/10.1002/jclp.10019

Pedersen, C.L. and Wieser, C. (2024) "Danish Veteran Challenges and Support Structures: An Overview to Enable Transnational Analysis," *Journal of Veterans Studies*, 10(2), pp. 15–32. https://10.21061/jvs.v10i2.466 .

Rahmi, A. *et al.* (2023) "Levels of Social Psychological and Socio-Cultural Resilience of Women in Cities Bukittinggi Through Gender Responsive Family Schools," *Edu Consilium Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), pp. 10–16. https://10.19105/ec.v4i2.9327.

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *83*(1), 10–28. https://doi.org/10.1159/000353263

Smith, J. A., & Flowers, P. (2022). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research* (2nd ed.). SAGE Publications.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. SAGE Publications.

Sonnentag, S., Cheng, B. H., & Parker, S. L. (2022). Recovery from work: A daily process perspective. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, *9*(1), 335–360. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-012420-091355

Surijah, E.A., Murray, K. and Shochet, I.M. (2025) "The Compensatory Model of Resilience Process of Indonesian Married Individuals," *Journal of Marriage and the Family*, 88(1), pp. 299–310. https://10.1111/jomf.70016 .

Violanti, J. M., Mnatsakanova, A., Andrew, M. E., Allison, P., Gu, J. K., & Fekedulegn, D. (2019). Effort-reward imbalance and suicide ideation in police officers. *Occupational Medicine*, *69*(4), 272–279. https://doi.org/10.1007/s00420-018-1300-0

Walsh, F. (2021). *Strengthening family resilience* (3rd ed.). Guilford Publications.

Waters, L., Sun, J., Rusk, R., Cotton, A., & Arch, A. (2017). Positive education: Visible wellbeing and positive functioning in students. In M. Slade, L. Oades, & A. Jarden (Eds.), *Wellbeing, recovery and mental health* (pp. 245–264). Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/9781316339275.021

Westman, M. (2001). Stress and strain crossover. *Human Relations*, *54*(6), 717–751. https://doi.org/10.1177/0018726701546002

Widiantoro, F. W. (2026). *Psikologi Flourishing: Dinamika kesehatan mental positif*. Deepublish.

Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. International Universities Press.

Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology and Health*, *15*(2), 215–228. https://doi.org/10.1080/08870440008400302

Zainol, N. A. M., Liaw, J. O. H., Baker, R., & Ibrahim, N. (2021). The mediating effect of religious belief on soldiers well-being and family bonding during military deployment. *Journal of Southwest Jiaotong University*, *56*(4), 449–457. https://doi.org/10.35741/issn.0258-2724.56.4.40

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1