

Pengaruh Resiliensi Terhadap *Psychological Well-Being* pada Petugas Pemadam Kebakaran

Muhammad Hilwa Nur Hakim¹, Evi Kurniasari Purwaningrum²,
Yoga Achmad Ramadhan³

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Samarinda, Indonesia¹⁻³

*Email Korespondensi: kimhlwa22@gmail.com

Sejarah Artikel:

Diterima 10-10-2026
Disetujui 16-10-2026
Diterbitkan 18-10-2026

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of resilience on psychological well-being among firefighters in Kutai Kartanegara Regency, Indonesia. Firefighters are exposed to high job demands, hazardous working conditions, and repeated traumatic incidents, all of which may adversely affect their psychological state. In this context, resilience is considered a potential factor that enables individuals to adapt to stress and maintain psychological well-being. A quantitative approach with a non-experimental associative design was employed. The sample consisted of 162 firefighters from Kutai Kartanegara Regency who participated as respondents. Data were analyzed using simple linear regression. The results indicated that resilience had a positive and significant effect on psychological well-being, with a regression coefficient of 0.266 and a significance value of $p = 0.021$ ($p < 0.05$). These findings suggest that higher levels of resilience are associated with higher levels of psychological well-being among firefighters. The coefficient of determination revealed that resilience contributed 8.7% to the variance in psychological well-being, while the remaining 91.3% was influenced by other factors outside the research model. The findings underscore the importance of resilience as a psychological factor related to the well-being of firefighters.

Keywords: Resilience, psychological well-being, firefighters, emergency service

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis pada petugas pemadam kebakaran di Kabupaten Kutai Kartanegara, Indonesia. Petugas pemadam kebakaran menghadapi tuntutan pekerjaan yang tinggi, kondisi kerja yang berisiko, serta paparan berulang terhadap situasi traumatis yang dapat berdampak pada kondisi psikologis. Dalam konteks tersebut, resiliensi menjadi salah satu faktor yang berpotensi membantu individu beradaptasi terhadap tekanan dan mempertahankan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif non-eksperimental. Sampel penelitian terdiri atas 162 petugas pemadam kebakaran di Kabupaten Kutai Kartanegara yang dipilih sebagai responden penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan koefisien regresi sebesar 0,266 dan nilai signifikansi $p = 0,021$ ($p < 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis petugas pemadam kebakaran. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa resiliensi memberikan kontribusi sebesar 8,7% terhadap variasi kesejahteraan psikologis, sedangkan 91,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Hasil penelitian menegaskan pentingnya resiliensi sebagai salah satu faktor psikologis yang berkaitan dengan kesejahteraan petugas pemadam kebakaran.

Katakunci: Resiliensi, kesejahteraan psikologis, petugas pemadam kebakaran, pekerjaan berisiko

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Hakim, M. H. N., Purwaningrum, E. K. ., & Ramadhan, Y. A. . (2026). Pengaruh Resiliensi Terhadap Psychological Well-Being pada Petugas Pemadam Kebakaran. Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 2(6), 11433-11444. <https://doi.org/10.63822/bknxb343>

PENDAHULUAN

Petugas pemadam kebakaran merupakan salah satu profesi layanan darurat yang memiliki peran strategis dalam sistem perlindungan masyarakat. Secara tugas pokok, profesi ini melaksanakan urusan pemerintahan di bidang ketentraman dan ketertiban umum, khususnya pada sub-bidang penanggulangan kebakaran (Peraturan Pemerintah No. 18 Tahun 2016; Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kota Samarinda, 2023). Di luar pemadaman kebakaran itu sendiri, tugas mereka mencakup pemberdayaan dan edukasi masyarakat dalam pencegahan kebakaran, pelaksanaan evakuasi dan penyelamatan korban bencana, investigasi penyebab kebakaran, pembinaan tenaga pemadam, serta pengelolaan sarana dan prasarana penanggulangan kebakaran (Fiondra et al., 2023).

Kompleksitas tugas tersebut menempatkan petugas pemadam kebakaran dalam posisi yang sangat rentan terhadap tekanan fisik dan psikologis. Greene et al. (2025) mengidentifikasi bahwa stresor yang dihadapi profesi ini bersifat ganda: stresor fisik mencakup beban kerja berat, kondisi kerja berbahaya, dehidrasi, dan gangguan pola tidur; sedangkan stresor psikologis meliputi tekanan pengambilan keputusan cepat di situasi darurat, tanggung jawab menyelamatkan nyawa, serta paparan berulang terhadap peristiwa traumatis. Kombinasi kedua stresor ini menjadikan petugas pemadam kebakaran sebagai populasi yang sangat berisiko mengalami gangguan kesehatan mental jangka panjang.

Berbagai penelitian secara empiris telah mendokumentasikan tingginya prevalensi gangguan psikologis pada profesi pemadam kebakaran. Sharifi et al. (2021) melaporkan bahwa prevalensi gangguan stres pascatrauma (*Post-Traumatic Stress Disorder/PTSD*) pada petugas pemadam kebakaran berkisar antara 5% hingga 13%. Di samping PTSD, tuntutan kesiapsiagaan penuh selama 24 jam turut menyumbang munculnya gangguan tidur, kelelahan emosional, dan stres kronis yang secara akumulatif menurunkan kualitas fungsi psikologis individu. Kondisi ini menegaskan bahwa kesehatan mental bukan sekadar isu tambahan dalam profesi ini, melainkan komponen esensial yang menentukan keberlangsungan kinerja dan keselamatan kerja (Sharifi et al., 2021).

Penelitian oleh Bryan dan Mariños (2025) mempertegas bahwa dampak psikologis dari pekerjaan darurat bermanifestasi secara multidimensional, yaitu pada level motorik, fisiologis, dan kognitif. Paparan berulang terhadap situasi emergensi memicu respons stres kronis yang apabila tidak dikelola dengan baik dapat berujung pada penurunan kesejahteraan mental, gangguan kinerja, dan bahkan keputusan yang membahayakan keselamatan petugas maupun korban (Bryan & Mariños, 2025).

Pada kerangka psikologi positif, *psychological well-being* (PWB) dipandang sebagai indikator utama kesehatan mental yang tidak sekadar mencerminkan ketiadaan gangguan, melainkan keberfungsian psikologis yang optimal. Ryff (1989; 2006) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai evaluasi individu terhadap kualitas hidupnya yang mencakup enam dimensi: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Model ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi multidimensional yang berkaitan dengan aktualisasi dan pengembangan potensi diri secara menyeluruh (Meliala & Ahman, 2024).

Pada konteks pekerjaan berisiko tinggi seperti pemadam kebakaran, *psychological well-being* menjadi fondasi yang menentukan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan tetap berfungsi secara efektif. Tanpa kesejahteraan psikologis yang memadai, petugas berisiko mengalami penurunan konsentrasi, kelelahan emosional, dan gangguan pengambilan keputusan yang pada akhirnya dapat mengancam keselamatan diri sendiri maupun masyarakat yang dilayani (Greene et al., 2025). Oleh karena itu,

memahami faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran menjadi kebutuhan yang tidak dapat diabaikan.

Di antara berbagai faktor psikologis yang dapat memengaruhi *psychological well-being*, resiliensi secara konsisten diidentifikasi sebagai prediktor utama. Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu untuk bertahan dan bangkit kembali (*bounce back*) dari tekanan, kesulitan, maupun pengalaman traumatis melalui adaptasi yang fleksibel dan pemulihan aktif. Dalam konteks psikologi positif, resiliensi dipahami bukan hanya sebagai kemampuan "tahan banting" pasif, tetapi sebagai kapasitas aktif untuk pulih dan bahkan berkembang melampaui kondisi sebelumnya (*bounce forward*). Pada konteks pekerjaan berisiko tinggi, resiliensi berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang memungkinkan individu mengelola tuntutan kerja dan tetap produktif meskipun berada di bawah tekanan.

Berbagai penelitian telah membuktikan secara empiris hubungan positif antara resiliensi dan *psychological well-being* pada profesi berisiko tinggi. Zhao et al. (2025) menemukan korelasi yang sangat tinggi antara resiliensi psikologis dan kesejahteraan ($r = 0,831$) pada sampel petugas pemadam kebakaran, mengonfirmasi bahwa resiliensi merupakan prediktor langsung dan kuat bagi *psychological well-being*. Studi Chidi et al. (2024) pada tenaga kesehatan menemukan bahwa intervensi untuk meningkatkan resiliensi secara konsisten menurunkan gejala depresi, kecemasan, dan stres pascatrauma. Pada konteks pemadam kebakaran secara spesifik, penelitian Husna dan Aulia (2024) menunjukkan bahwa resiliensi berkontribusi sebesar 61,2% terhadap keterikatan kerja (*work engagement*) petugas pemadam kebakaran di Yogyakarta.

Keterkaitan antara resiliensi dan *psychological well-being* dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme teoritis dan empiris yang saling melengkapi. Secara teoritis, resiliensi berperan sebagai sumber daya psikologis internal (*internal psychological resource*) yang melindungi individu dari dampak negatif stresor terhadap kesejahteraan psikologis. Dalam kerangka *Positive Organizational Behavior* (POB) dan *Psychological Capital* (PsyCap) yang dikembangkan Luthans et al. (2007), resiliensi bersama dengan harapan, optimisme, dan efikasi diri merupakan kapasitas psikologis yang bersifat *state-like* dapat diukur, dikembangkan, dan dilatih untuk menghasilkan performa dan kesejahteraan yang lebih baik di tempat kerja. Resiliensi secara spesifik memungkinkan individu untuk "bangkit kembali" (*bounce back*) dari adversitas, sehingga fungsi psikologis yang optimal tetap terjaga meskipun di bawah tekanan tinggi.

Secara empiris, Lowery dan Cassidy (2022) secara spesifik meneliti petugas layanan darurat dan menemukan bahwa resiliensi merupakan mekanisme primer yang paling kuat dalam menjelaskan *psychological well-being*, bahkan ketika variabel eksternal seperti dukungan sosial turut dipertimbangkan. Meskipun dukungan sosial memengaruhi *psychological capital* melalui resiliensi (efek tidak langsung 44,83%), resiliensi tetap menjadi mekanisme primer yang menjelaskan hubungan dengan kesejahteraan tanpa perlu variabel mediasi tambahan untuk model yang terfokus.

Berdasarkan uraian di atas, terdapat urgensi teoretis dan praktis yang jelas untuk menguji secara empiris pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran di Kabupaten Kutai Kartanegara. Secara teoretis, penelitian ini memperluas kajian psikologi positif dan psikologi industri-organisasi pada konteks pekerjaan berisiko tinggi di Indonesia, mengisi celah penelitian yang belum banyak dieksplorasi. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi landasan ilmiah bagi pihak manajemen Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kabupaten Kutai Kartanegara dalam merancang program pelatihan ketahanan psikologis dan intervensi kesehatan mental berbasis bukti, guna meningkatkan kualitas hidup dan keberfungsian optimal petugas dalam melindungi masyarakat.

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran?". Tujuan penelitian adalah untuk menguji secara empiris pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah terdapat pengaruh positif dan signifikan antara resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif (non-eksperimental) untuk menguji pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran yang aktif bekerja di Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kabupaten Kutai Kartanegara, dengan pendekatan kuantitatif dipilih karena berlandaskan filsafat positivisme yang bertujuan menguji hipotesis melalui pengukuran variabel menggunakan instrumen terstandarisasi (Sugiyono, 2013) dan desain asosiatif digunakan untuk mengetahui hubungan pengaruh antara variabel independen (resiliensi) dan variabel dependen (*psychological well-being*) (Sugiyono, 2015).

Ruang lingkup penelitian difokuskan pada dua variabel psikologis, yaitu resiliensi yang diartikan sebagai skor total dari skala CD-RISC (Connor-Davidson Resilience Scale) yang telah diadaptasi dengan skor lebih tinggi menunjukkan kemampuan bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari tekanan kerja, serta *psychological well-being* yang diartikan sebagai skor total dari skala kesejahteraan psikologis berdasarkan enam dimensi Ryff dengan skor lebih tinggi menunjukkan tingkat penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi yang lebih optimal.

Populasi penelitian adalah seluruh 272 petugas pemadam kebakaran aktif, dengan sampel sebanyak 162 orang yang ditentukan menggunakan teknik *probability sampling* dan rumus Slovin (1960) pada tingkat kesalahan 5% untuk memperoleh sampel yang representatif. Karakteristik demografis sampel terdiri atas 139 petugas laki-laki (85,8%) dan 23 petugas perempuan (14,2%). Rentang usia responden berada pada kisaran 18 hingga 55 tahun, dengan mayoritas berada pada rentang usia 26-35 tahun (66%). Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, responden terdiri atas lulusan SMA/SMK (39,5%), Diploma D3 (17,3%), Sarjana S1/D4 (42,6%), dan Magister S2 (0,6%). Status pernikahan responden terdiri atas 52,5% menikah dan 47,5% belum menikah. Berdasarkan jabatan, mayoritas responden adalah Petugas Operasional Pemadam & Kebakaran Lapangan (64,1%). Status kepegawaian terdiri atas PNS (38%), PPPK (38%), dan Honorer (24%). Sistem kerja/shift terdiri atas Non-Shift (36,4%) dan Shift Operasional Lapangan (63,6%). Masa kerja terbanyak adalah 1-5 tahun (55%).

Bahan dan alat utama adalah dua instrumen skala Likert, yaitu skala resiliensi berbasis CD-RISC (Connor & Davidson, 2003) yang terdiri dari 15 item valid (Cronbach's Alpha = 0,778) dan skala *psychological well-being* berbasis enam dimensi Ryff (Humaidah & Mulyono, 2025) yang terdiri dari 11 item valid (Cronbach's Alpha = 0,771), keduanya menggunakan pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode kuesioner tertutup yang disebarkan langsung kepada sampel setelah dilakukan uji validitas menggunakan *corrected item-total correlation* (batas $\geq 0,30$) dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha, serta pengumpulan data demografis responden meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, status pernikahan, jabatan, status kepegawaian, sistem shift kerja, dan masa kerja. Teknik analisis data menggunakan program JASP melalui tahapan analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor variabel, uji prasyarat analisis yang meliputi

uji normalitas, linearitas, dan homogenitas, analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being*, uji hipotesis dengan melihat nilai signifikansi pada taraf 0,05, dan perhitungan koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui besarnya kontribusi resiliensi terhadap *psychological well-being*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, variabel resiliensi memperoleh mean sebesar 78,25 dan standar deviasi sebesar 4,167. Kategorisasi tingkat resiliensi menunjukkan bahwa dari 162 subjek, sebanyak 22 subjek (13,6%) memiliki tingkat resiliensi tinggi dan 140 subjek (86,4%) memiliki tingkat resiliensi sangat tinggi. Variabel *psychological well-being* memperoleh mean sebesar 75,58 dan standar deviasi sebesar 8,5. Kategorisasi menunjukkan bahwa 15 subjek (9,3%) memiliki tingkat *psychological well-being* sedang, 25 subjek (15,4%) memiliki tingkat tinggi, dan 122 subjek (75,3%) memiliki tingkat sangat tinggi.

Tabel 1 Distribusi frekuensi Resiliensi

Interval Kecenderungan	Kriteria Penentu	Kategori	Frekuensi	Persentase
$M - 0,5SD < X < M + 0,5$	$56,25 < X < 68,75$	Sedang	15	9,3%
$M + 0,5SD < X < M + 1,5SD$	$68,75 < X < 81,25$	Tinggi	25	15,4%
$X > M + 1,5SD$	$X > 81,25$	Sangat Tinggi	122	75,3%
Total			162	100%

Tabel 2 Distribusi frekuensi *Psychological Well-Being*

Interval Kecenderungan	Kriteria Penentu	Kategori	Frekuensi	Persentase
$M - 0,5SD < X < M + 0,5$	$56,25 < X < 68,75$	Sedang	15	9,3%
$M + 0,5SD < X < M + 1,5SD$	$68,75 < X < 81,25$	Tinggi	25	15,4%
$X > M + 1,5SD$	$X > 81,25$	Sangat Tinggi	122	75,3%
Total			162	100%

Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Shapiro-Wilk dengan bantuan aplikasi JASP. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,001$, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas tidak terpenuhi.

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality

			Shapiro-Wilk	p
X TOTAL	-	Y TOTAL	0.928	< .001

Uji linearitas dilakukan melalui analisis visual terhadap scatter plot yang menampilkan hubungan antara resiliensi dan *psychological well-being*. Hasil scatter plot menunjukkan bahwa titik-titik data

menyebar di sekitar garis regresi dan membentuk pola yang cenderung linear (mendekati garis lurus), tanpa menunjukkan pola melengkung yang signifikan. Garis regresi menunjukkan arah menaik dari kiri bawah ke kanan atas, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki petugas pemadam kebakaran.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear dengan metode *Bootstrap* karena data tidak memenuhi asumsi normalitas. Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien regresi variabel resiliensi terhadap *psychological well-being* sebesar 0,266 dengan nilai signifikansi $p = 0,021$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa resiliensi berpengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being*. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran diterima.

Tabel 4 Hasil Uji Regresi Linear dengan Metode *Bootstrap*

Variabel	Unstandardized	Bias	Standard Error	P
Resiliensi – <i>Psychological well-being</i>	0,264	-0.002	Linier	.021

Tabel 5 Model Summary

Variabel	Unstandardized	p	Model R	Sumary R square
Resiliensi – <i>Psychological well-being</i>	0,264	< 0,001	0,294	0,087

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran di Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kabupaten Kutai Kartanegara. Berdasarkan hasil analisis regresi linear dengan metode *Bootstrap*, diperoleh koefisien regresi sebesar 0,266 dengan nilai signifikansi $p = 0,021$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *psychological well-being*, sehingga hipotesis penelitian (H_1) yang menyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara resiliensi terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran dinyatakan diterima, sementara H_0 ditolak. Artinya, semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki oleh petugas pemadam kebakaran, semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang mereka rasakan, dan sebaliknya.

Temuan ini didukung oleh gambaran deskriptif hasil penelitian, di mana sebagian besar subjek berada pada kategori resiliensi sangat tinggi (86,4%) dan kategori *psychological well-being* sangat tinggi (75,3%). Tingginya tingkat resiliensi dan *psychological well-being* pada mayoritas petugas pemadam kebakaran ini sejalan dengan karakteristik pekerjaan mereka yang menuntut kesiapsiagaan tinggi, kemampuan menghadapi bahaya, serta tekanan kerja yang berat, sehingga individu yang mampu bertahan dan berkembang dalam profesi ini cenderung telah memiliki ketahanan psikologis yang memadai. Karakteristik demografis subjek turut memperkuat gambaran tersebut, mengingat mayoritas responden berada pada rentang usia produktif 26 hingga 35 tahun dengan latar belakang pendidikan yang beragam, sehingga secara umum berada pada tahap kematangan psikologis dan pengalaman kerja yang cukup untuk mengembangkan kapasitas resiliensi.

Secara teoretis, hasil ini memperkuat pandangan Connor dan Davidson (2003) serta Masten (2001) yang menjelaskan resiliensi sebagai kapasitas psikologis yang memungkinkan individu bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari tekanan tanpa kehilangan fungsi mental yang sehat. Dalam kerangka *Positive Organizational Behavior* dan *Psychological Capital* yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007), resiliensi berperan sebagai sumber daya psikologis internal yang melindungi individu dari dampak negatif stresor kerja terhadap kesejahteraan psikologisnya. Mekanisme ini dapat dijelaskan melalui jalur kognitif, di mana petugas pemadam kebakaran dengan resiliensi tinggi cenderung memaknai situasi sulit di lapangan sebagai tantangan yang dapat diatasi dan bukan ancaman yang melumpuhkan, sehingga dimensi-dimensi *psychological well-being* seperti penerimaan diri dan pertumbuhan pribadi tetap terjaga. Selain itu, sebagaimana dijelaskan oleh Holland-Winkler et al. (2023), resiliensi juga berkaitan dengan kemampuan tubuh untuk kembali pada kondisi homeostasis setelah mengalami stres, yang secara tidak langsung turut mendukung keberfungsian psikologis yang optimal pada petugas pemadam kebakaran.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan berbagai temuan empiris sebelumnya. Zhao et al. (2025) menemukan korelasi yang sangat tinggi antara resiliensi psikologis dan kesejahteraan pada sampel petugas pemadam kebakaran, sementara Sharifi et al. (2021) membuktikan bahwa pelatihan resiliensi mampu meningkatkan *psychological well-being* dan self-efficacy petugas pemadam kebakaran. Demikian pula Lowery dan Cassidy (2022) menemukan bahwa resiliensi merupakan mekanisme utama yang menjelaskan kesejahteraan pada petugas layanan darurat, bahkan ketika variabel dukungan sosial turut dipertimbangkan. Hasil ini juga sejalan dengan temuan Husna dan Aulia (2024) yang menunjukkan bahwa resiliensi berkontribusi terhadap keterikatan kerja petugas pemadam kebakaran di Yogyakarta.

Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini ($R = 0,294$) tergolong lebih rendah dibandingkan beberapa penelitian sebelumnya. Perbedaan ini dimungkinkan terjadi karena perbedaan alat ukur, karakteristik budaya kerja dan sistem organisasi antara petugas pemadam kebakaran di Indonesia dengan negara lain, serta sebaran skor resiliensi pada penelitian ini yang sebagian besar terkonsentrasi pada kategori tinggi hingga sangat tinggi, sehingga variasi data menjadi lebih terbatas dan berpotensi memperkecil kekuatan hubungan yang terdeteksi secara statistik.

Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,087 menunjukkan bahwa variabel resiliensi hanya mampu menjelaskan 8,7% variasi *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran, sedangkan 91,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Hal ini sejalan dengan kajian teori yang menjelaskan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor selain resiliensi. Prati dan Pietrantonio (dalam Zhao et al., 2025) melaporkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang cukup besar terhadap kondisi kesehatan mental petugas pemadam kebakaran. Lebih spesifik lagi, hasil studi multi-investigasi mengenai belongingness dan dukungan sosial menunjukkan bahwa di antara berbagai sumber dukungan yang ada, dukungan dari atasan merupakan prediktor paling signifikan dalam menekan gejala PTSD.

Selain faktor dukungan sosial, aspek kepemimpinan turut memberikan kontribusi yang tidak dapat diabaikan. Penelitian terhadap tenaga kesehatan selama masa pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa penerapan gaya kepemimpinan transformasional yang berorientasi pada keselamatan kerja (safety-specific transformational leadership) berdampak positif terhadap peningkatan *psychological well-being* pada kelompok profesi berisiko tinggi (Ip et al., 2025). Sementara itu, dalam konteks Indonesia, penelitian oleh Aprilia et al. (2025) menegaskan bahwa kualitas kehidupan kerja (quality of work life) merupakan determinan penting bagi kesejahteraan psikologis pekerja dengan tingkat beban kerja yang tinggi. Di samping itu, faktor sosial ekonomi yang mencakup stabilitas kondisi keluarga serta lama masa kerja juga

terbukti berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis petugas darurat, baik sebagai faktor protektif maupun sebagai faktor risiko, bergantung pada konteks dan kondisi masing-masing individu (Rapisarda et al., 2024).

Temuan bahwa mayoritas subjek berada pada kategori resiliensi dan *psychological well-being* yang sangat tinggi juga perlu dicermati sebagai kemungkinan adanya seleksi alamiah dalam profesi pemadam kebakaran, di mana individu dengan ketahanan psikologis rendah cenderung tidak bertahan lama dalam pekerjaan berisiko tinggi ini. Kondisi tersebut dapat menimbulkan efek keterbatasan rentang skor (restriction of range), yang pada gilirannya dapat menurunkan besarnya korelasi yang teramati antara kedua variabel meskipun hubungan yang mendasarinya tetap positif dan bermakna secara teoretis maupun praktis. Dengan demikian, meskipun resiliensi terbukti berperan penting, peningkatan *psychological well-being* petugas pemadam kebakaran secara optimal tetap memerlukan pendekatan yang lebih holistik yang turut memperhatikan faktor-faktor organisasi dan lingkungan kerja.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa resiliensi merupakan salah satu faktor protektif yang berkontribusi secara positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* petugas pemadam kebakaran di Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kabupaten Kutai Kartanegara. Temuan ini memperkuat pentingnya penguatan kapasitas resiliensi sebagai salah satu strategi untuk menjaga kesejahteraan psikologis petugas dalam menghadapi tuntutan pekerjaan yang penuh risiko dan tekanan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan prediktor positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* pada petugas pemadam kebakaran di Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Kabupaten Kutai Kartanegara. Hasil analisis regresi menunjukkan koefisien regresi sebesar 0,266 dengan nilai signifikansi $p = 0,021$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_1 diterima dan H_0 ditolak. Artinya, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki petugas pemadam kebakaran, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki.

Secara deskriptif, mayoritas petugas pemadam kebakaran berada pada kategori resiliensi sangat tinggi (86,4%) dan *psychological well-being* sangat tinggi (75,3%). Hasil analisis juga menunjukkan bahwa resiliensi memberikan kontribusi sebesar 8,7% ($R^2 = 0,087$) terhadap variasi *psychological well-being*, sedangkan 91,3% variasi lainnya tidak dijelaskan oleh model penelitian dan kemungkinan berkaitan dengan faktor-faktor lain yang tidak diteliti, seperti dukungan sosial, kualitas kepemimpinan, budaya keselamatan organisasi, beban kerja, dan kualitas hidup kerja.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa resiliensi merupakan salah satu faktor psikologis yang berkaitan dengan *psychological well-being* petugas pemadam kebakaran. Namun, besarnya kontribusi yang relatif terbatas menunjukkan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi yang bersifat multidimensional dan kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor individual maupun lingkungan kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Arieffani, F., Erwandi, D., & Masyarakat, F. K. (2023). Analisis faktor distres pada kebakaran: Systematic review petugas. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 2153–2167. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.15306>
- Can, A. (2025). Pengaruh resiliensi dan kompetensi terhadap kinerja pegawai pemadam kebakaran Kota Payakumbuh dengan kepemimpinan transformasional sebagai variabel moderator. *YUME: Journal of Management*, 8(3), 1016–1027.
- Cha, J.-G., & Lee, Y.-M. (2022). The effect of forest-based trauma stress management program on job stress, PTSD, resilience, mental health, and salivary cortisol for firefighters. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 23(1), 401–413. <https://doi.org/10.5762/kais.2022.23.1.401>
- Chidi, R., Adeniyi, A. O., Okolo, C. A., Babawarun, O., & Arowoogun, J. O. (2024). Psychological Resiliensiin healthcare workers: A review of strategies and intervention. *World Journal of Biology Pharmacy and Health Sciences*, 17(02), 387–395. <https://doi.org/10.30574/wjbphs.2024.17.2.0088>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new esilience scale: The Connor-Davidson Resiliensiscscale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Fadhil, A. (2021). Evaluasi properti psikometris skala *psychological well-being* (PWB) versi Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4666–4674. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1622>
- Fiondra, E., Gusman, E., & Haskar, E. (2023). Efektivitas kerja satuan tugas pemadam kebakaran di dinas satuan polisi pamong praja dan pemadam kebakaran Kabupaten Agam. *Otentik Law Journal*, 1(1), 47–60. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/OLJ/article/view/4034/0>
- Fitria, A., Nuari, I., & Maisseptian, F. (2026). Pengaruh aktivitas fisik terhadap *psychological well-being* pada lansia perspektif bimbingan dan konseling. *Menara Ilmu : Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 20(1), 79–88. <https://doi.org/10.31869/mi.v20i1.7576>
- Gheisari, Z., Abdollahi, A., & Hashemi, Z. (2023). Psychometric assessment of the Persian version of the Protective Factors of ResiliensiScale (PFRS). *Brain and Behavior*, 13(7), e3061. <https://doi.org/10.1002/brb3.3061>
- Greene, DR, Holland-Winkler, AM, Kohler, AA, & Kinnaird, WR (2025). Meneliti hubungan antara ketahanan, kesehatan mental, dan hasil kebugaran pada petugas pemadam kebakaran. *Jurnal Morfologi Fungsional dan Kinesiologi*, 10 (2), 142. <https://doi.org/10.3390/jfmk10020142>
- Holland-Winkler, A. M., Hamil, B. K., Greene, D. R., & Kohler, A. A. (2023). Strategies to improve physiological and psychological components of resiliency in Firefighters. *Physiologia*, 3(4), 611–626. <https://doi.org/10.3390/physiologia3040045>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi *psychological well-being* Short Scale pada Mahasiswa [Adaptation of *psychological well-being* Short Scale in Students]. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 141–149. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>
- Husna, A. R., & Aulia, A. (2024). Peran kepribadian proaktif dan resiliensi terhadap keterikatan kerja petugas pemadam kebakaran dan penyelamatan. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 7(2), 98–120. <https://doi.org/10.25077/jip.7.2.98-120.2023>
- Illiyin, S. T., Winingsih, E., & Naqiyah, N. (2026). Resiliensi Psikososial Mahasiswa dengan Latar Belakang Keluarga Broken Home. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya*, 861–868. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v5i1.5620>
- 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.
- Khoury, J. M. B., Teckchandani, T. A., Nisbet, J., Stewart, S. H., Asmundson, G. J. G., Afifi, T. O., McCarron, M. C. E., Kratzig, G. P., Sauer-Zavala, S., Neary, J. P., MacPhee, R. S., Brunet, A., Keane, T. M., & Carleton, R. N. (2025). Putative risk and resiliency factors after an augmented

- training program for preventing posttraumatic stress injuries among public safety personnel from diverse sectors. *Cognitive Behaviour Therapy*, 54(4), 457–476. <https://doi.org/10.1080/16506073.2024.2420636>
- Lowery, A., & Cassidy, T. (2022). Health and well-being of first responders: the role of psychological capital, self-compassion, social support, relationship satisfaction, and physical activity. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 18(3), 1–19. <https://doi.org/10.1080/15555240.2021.1990776>
- Mariños, C., & Bryan, V., (2025). Bienestar psicológico en bomberos y su importancia en la práctica en casos de emergencias: una revisión sistemática, 2020-2025. *Zenodo*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17836118>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resiliensiprocesses in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Meliala, A. K., & Ahman, A. (2024). Systematic Literature Review: Validitas konstruk skala *psychological well-being* Ryff. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 950-955. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i2.995>
- Ramadhani, A., & Nur, H. (2025). Peran resiliensi dalam pengembangan diri remaja: Studi literatur. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(9). <https://doi.org/10.5281/zenodo.15303271>
- Rubel, M. R. B., Kee, D. M. H., & Rimi, N. N. (2020). High-performance work practices and medical professionals' work outcomes: The mediating effect of perceived organizational support. *Journal of Advances in Management Research*, 18(3), 368–391. <https://doi.org/10.1108/JAMR-05-2020-0076>
- Santos, A. C., Long, S., Moreno, C. P., & Bycura, D. (2025). Effectiveness of a mind–body intervention at improving mental health and performance among career firefighters. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(8), 4–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph22081227>
- Saputri, N. R. (2022). Resiliensi sebagai prediktor kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 1–12. https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i2.1201
- Sharifi, N., Basharpoor, S., & Narimani, M. (2021). Comparison of the effectiveness of Resiliensitraining and emotion regulation on *psychological well-being* and self-efficacy of firefighters. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*, 8(4), 199–204. <https://ajnp.umsa.ac.ir/article-1-288-en.html>
- Sianturi, K., Handayani, R., Handayani, P., & Keumala Muda, C. A. (2021). Risk factors of work stres on firefighters. *Journal of Vocational Health Studies*, 5(2), 112–118. <https://doi.org/10.20473/jvhs.V5.I2.2021.112-118>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resiliensidefinitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Vol. 1). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, P. (2015). Metode penelitian kombinasi (mixed methods). Bandung: Alfabeta.
- Supriyadi, Supriyadi & Kartini, Monica. (2022). Intervensi untuk meningkatkan resiliensi pada remaja. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*. 8. 16-25. <https://doi.org/10.56186/jkbb.99>
- Tafa Illiyyin, S., Evi Winingsih, & Najlatun Naqiyah. (2025). Resiliensi psikososial mahasiswa dengan latar belakang keluarga broken home . *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 5(1), 861–868. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v5i1.5620>
- Wisnu Priyo Jatmiko, M. Gillang Ramadhani, M. Gilang Romadhon, Gilang Adhmadani, Rahmad Fardian, & Wawan Joko Pranoto. (2024). Penerapan metode K-Means clustering terhadap bencana kebakaran Di Kota Samarinda. *Jupiter: Publikasi Ilmu Keteknikan Industri, Teknik Elektro Dan Informatika*, 2(1), 01–08. <https://doi.org/10.61132/jupiter.v2i1.36>
- Wright, M. O., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). Resiliensiprocesses in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In *Handbook of Resiliensiin children* (pp. 15–37). Springer. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4614-3661-4_2

- Youssef, C.M. and Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of Management*, 33, 774-800.
<https://doi.org/10.1177/0149206307305562>
- Zegel, M., Lebeaut, A., McGrew, S. J., Anderson-Fletcher, E. A., Zvolensky, M. J., & Vujanovic, A. A. (2026). Resilience and distress tolerance among firefighters: Associations with anxiety and depression symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 394, 120696.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.120696>
- Zhao B, Tu H, Zhang X, Yan Y and Su Y (2025) The impact of perceived social support on psychological capital of firefighters: the chain mediating role of exercise self-efficacy and psychological resilience. *Front. Public Health* 13:1691496.<https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1691496>