**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN *STRESS* PADA CALON SISWA TNI YANG PERNAH GAGAL SELEKSI**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND STRESS WHO HAVE FAILED THE SELECTION IN INDONESIAN MILITARY STUDENTS***

**Anggita Selvi Nur Yulianti1, Kondang Budiyani2**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Anggitaselvi24@gmail.com

088980582017

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara *self esteem* dengan *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah 113 calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi yang berusia 17 sampai 22 tahun saat dinyatakan gugur. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala *self esteem* dan DASS (*Depression, Anxiety, Stress Scale)*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi sebesar ($r\_{xy}$)= -0,340 dan (p < 0,050). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara antara *self esteem* dengan *stress*, sehingga hipotesis diterima. Koefisien determinasi ($R^{2}$) sebesar 0,116 sehingga dapat diartikan bahwa variabel *self esteem* menunjukkan kontribusi sebesar 11,6% terhadap variabel *stress*, dan sisanya 88,4% dipengaruhi oleh faktor lain

**Kata Kunci :** Calon siswa TNI, gagal seleksi, *self esteem*, *stress*.

**Abstract**

*This study aims to determine the relationship between self esteem and stress in prospective TNI students who have failed the selection. The hypothesis proposed in this study is the existence of a negative relationship between self-esteem with stress on prospective TNI students who have failed the selection. The subjects in this study were 113 prospective TNI students who had failed the selection aged 17 to 22 years when declared failed. Data collection in this study using the self esteem scale and DASS (Depression, Anxiety, Stress Scale). The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the analysis of data obtained correlation coefficient of (*$r\_{xy}$*) = -0.340 and (p < 0.050). These results indicate that there is a negative relationship between self-esteem and stress, so the hypothesis is accepted. The coefficient of determination (R2) is 0.116 so that it can be interpreted that the self esteem variable* *showed a contribution of 11.6% of the stress variable, and the remaining 88.4% is influenced by other factors.*

**Keywords:** *Indonesian national army students, failed selection, self-esteem, stress*

**PENDAHULUAN**

Dewasa ini nilai-nilai kehidupan berubah dengan cepat akibat pengaruh dari globalisasi. Dengan adanya modernisasi dan perkembangan dunia juga membawa pengaruh bagi sistem ketahanan nasional bangsa, termasuk tantangan tugas yang harus diemban oleh anggota Tentara Nasional Indonesia. Kemajuan teknologi, informasi, dan komunikasi yang diakibatkan oleh globalisasi dapat menimbulkan ancaman bagi suatu negara, tak terkecuali Indonesia (Armawi & Wahidin, 2019). Karena hal ini lah dibutuhkan peningkatan sumber daya manusia prajurit TNI yang berkualitas dan berintegritas (Iswari, 2017).

Menurut Budiharjo S et al., (2015) penerimaan taruna memiliki peranan yang penting dalam menyiapkan sumber daya manusia untuk menjadi calon-calon perwira Tentara Nasional Indonesia (TNI). Salah satu pondasi dari profesionalisme dalam bidang militer adalah institusi yang diawali dengan sumber daya manusia (SDM) yang unggul dan berkarakter (Nugroho & Imam, 2020). Pembangunan sumber daya manusia (rekrutmen) dalam setiap tingkatan. Mulai dari pendidikan umum (Sekolah Menengah Atas / SMA unggulan) yang berada di bawah pembinaan Kementerian Pertahanan dan TNI (SMA Taruna Nusantara, SMA Taruna Nala, dan SMA Pradhita Dirgantara), hingga tingkat sarjana yaitu melalui pengadaan Perwira Prajurit Karir (Armawi & Wahidin, 2019)

Peminat untuk menjadi TNI sangat banyak akan tetapi yang terpilih atau lolos seleksi hanya sedikit. Hal ini terlihat dari data-data berikut yang menunjukkan bahwa peminat lebih banyak dibanding dengan jumlah calon prajurit yang dibutuhkan. Menurut Antoni (2020), sejumlah 3.145 pendaftar, hanya 520 calon bintara PK TNI-AD yang memenuhi syarat untuk diajukan sidang parade penerimaan calon bintara di Balai Diponegoro, Semarang. Sedangkan untuk PK TNI-AL setelah melaksanakan serangkaian seleksi pada tahun 2020 hanya meloloskan 450 calon prajurit dari 2.044 pendaftar (Faisal, 2020). Berbeda dengan calon siswa Tamtama PK TNI-AU hanya 11 calon siswa dari 14 calon siswa yang dapat mengikuti sidang penentuan terakhir tingkat daerah (Mus, 2021).

 Selain itu Pangdam I/Bukit Barisan Mayjen TNI Achmad Daniel Chardin mengatakan bahwa animo pendaftar seleksi calon TNI AD di Kodam I/Bukit Barisan pada tahun 2022 membludak hingga mencapai 6.135 orang. Rinciannya, calon Bintara PK TNI AD sumber reguler pria dan keagamaan awalnya sebanyak 6.135 orang dan yang mengikuti pantukhir tingkat pusat berjumlah 264 orang, terbagi 164 sumber reguler pria dan 100 orang sumber keagamaan, nantinya akan terpilih 65 calon sumber reguler pria dan 62 keagamaan, yakni 37 agama Islam, 22 Protestan dan 3 Katolik, akan mengikuti pendidikan di Rindam I/BB Pematangsiantar. Kapendam I/BB, Kolonel Inf Rico J Siagian menambahkan setiap proses seleksi dilakukan secara ketat dengan mempersyaratkan dan mempertimbangkan berbagai aspek, sehingga diperoleh Prajurit yang sesuai harapan (Pendam I/BB, 2022)

Diantara calon siswa yang gagal tersebut banyak yang mengalami gangguan psikologis, sebagaimana kasus yang terjadi di Kabupaten Aceh Tengah yakni seorang pemuda menenteng senjata api di depan mapolres diduga *stress* karena dinyatakan gagal tidak lulus tes masuk TNI setahun sebelumnya (Afif, 2013). Menurut Garjito & Handayani (2021) seorang pemuda yang gagal tes masuk TNI AD menangis histeris dan mengatakan tidak sanggup untuk pulang ke rumah menemui orang tuanya dikarenakan dirinya gagal seleksi masuk TNI AD. Bahkan terdapat calon siswa TNI yang depresi akibat tidak lulus seleksi seperti berita yang ditulis oleh Prasetyo (2016) yang menyatakan seorang mahasiswa yang gagal seleksi masuk TNI memilih mengakhiri hidupnya dengan cara menggantung leher menggunakan tali yang diikatkan pada kayu atap dalam kamar mandi dan seorang calon siswa yang gagal seleksi TNI memilih untuk mengakhiri hidupnya dengan cara gantung diri.

Setiap orang harus mampu mengatasi stres yang dihadapi secara pribadi. Karena setiap orang memiliki tanggung jawab moral dan pribadi untuk mengelola dirinya sendiri (Haris & Jamali, 2017). Individu juga harus mampu memecahkan masalah dengan adaptif dan efektif. Bagaimana individu menghadapi tekanan yang dihadapi dengan strategi yang dipilih sampai individu dapat mengurangi dampak stres itu sendiri (Darmawanti, 2012)

Kegagalan yang dialami oleh calon siswa yang dinyatakan gagal merupakan kondisi dimana harapan yang tidak sesuai dengan apa yang mereka dapatkan, hal ini lah yang akhirnya membuat mereka mengalami situasi konflik, situasi konflik emosi tersebut dapat berupa kemarahan dan kesedihan, hal itu merupakan emosi yang paling kuat di dalam diri kehidupan remaja (Syamsu, 2015). Menurut Yusuf (dalam Kurniawan et al., 2021) salah satu faktor pemicu stres itu adalah *stressor* patologik yaitu frustasi yang diakibatkan adanya kekecewaan karena gagal memperoleh sesuatu yang diinginkan.

Menurut Gamayanti (2018), *stress* berkaitan erat dengan interaksi manusia dan lingkungan, maka *stress* bisa dipahami sebagai ketidakseimbangan interaksi antara individu dengan lingkungannya. Ketika seseorang gagal beradaptasi dengan situasi atau hal yang tidak menyenangkan tersebut maka timbul dampak buruk yang dirasakan oleh individu, misalnya perasaan cemas (Tua dan Gaol, 2016). Sejalan dengan Sitorus (2020) *stress* dapat memberikan dampak psikologis seperti terganggunya kesehatan mental, emosi yang tidak stabil, mudah marah dan dapat menyebabkan depresi.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *stress* menurut Kubalik (2013) dapat dipengaruhi oleh factor protektif yaitu *coping stress*, *assesing coping*, *self esteem* dan dukungan sosial. Mruk (2006) mengatakan bahwa *self esteem* menggambarkan penilaian diri tentang apa yang dipikirkan mengenai dirinya berdasarkan persepsi perasaan, yaitu suatu perasaan tentang keberhargaan dan kepuasan dirinya. Individu dengan harga diri tinggi memiliki rasa percaya diri pada kemampuannya, dan merasa bahwa keberadaannya diperlukan di dunia ini (Setyawan, 2015).

Individu dengan harga diri tinggi memiliki rasa percaya diri pada kemampuannya, dan merasa bahwa keberadaannya diperlukan di dunia ini (Setyawan, 2015). Hal ini dikarenakan individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih bahagia dan sehat secara psikologis dengan menilai dirinya positif dan mampu mengatasi tantangan negatif dengan baik. Selain itu individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih optimis karena percaya pada kemampuan mereka dan yakin terhadap kesuksesan (Buss, dalam Saputri 2016).

Ketika individu memiliki harga diri yang rendah maka akan cenderung menghadapi *stressor* dengan negatif. Hal ini dikarenakan individu merasa kurang percaya diri pada kemampuan mereka. Ketika dihadapkan pada berbagai tuntutan dan tekanan, individu akan cenderung merasa cemas dan kurang mampu dalam menyelesaikan masalah dengan efektif (Saputri, 2016). Menurut Lisnayanti et al., (2015) harga diri rendah cenderung membuat individu lebih mudah mengalami stres akibat memandang dirinya tidak berharga, mengalami kegagalan dalam mengadakan hubungan sosial, ketakutan yang berlebihan dan merasa tidak diperhatikan

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi?

**METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah 113 calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi penerimaan siswa TNI (AD, AU, AL, Akmil, AAU, AAL), berusia 17 sampai 22 tahun, dan berstatus warga negara Indonesia.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala *Likert* sebagai instrumen penelitian. Skala *likert* merupakan metode pengambilan data yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi dari sekelompok orang mengenai fenomena sosial yang terjadi (Sugiyono, 2016). Skala *Self* *Esteem* dalam penelitian ini menggunakan 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *favorable* memiliki skor 4 untuk pernyataan Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 2 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan pernyataan *unfavorable* memiliki skor 1 untuk pernyataan Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 3 untuk Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan untuk *Depression, Anxiety, Stress Scale* (*DASS)* akan menggunakan skala likert dengan empat pilihan respon yaitu, tidak sesuai dengan saya sama sekali/ tidak pernah diberi skor 0, sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu/ kadang-kadang diberi skor 1, sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan/ lumayan sering diberi skor 2, sangat sesuai dengan saya/ hampir selalu diberi skor 3. Aitem dalam *Depression, Anxiety, Stress Scale* (*DASS)* ini merupakan aitem *favorable*.

Berdasarkan hasil uji coba skala *self* *esteem* tidak terdapat aitem yang gugur. Hal ini dikarenakan daya beda pada aitem-aitem tersebut semuanya diatas 0,30. Sehingga, aitem pada skala *self esteem* masih lengkap yaitu 16 aitem. Koefisien uji daya beda aitem bergerak dari 0,438 sampai 0,766. Nilai koefisien reliabilitas *cronbach alpha* (α) berada pada angka 0,929, sehingga dapat disimpulkan bahwa skala *self esteem* merupakan skala yang valid dan reliabel serta layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data yang sigunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh *Pearson* untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yang akan diteliti, yaitu hubungan antara *self* *esteem* dengan *stress*. Selanjutnya peneliti sesuai untuk menguji hipotesis mengenai Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Hasil analisis product moment (*pearson correlation*) pada variabel *self esteem* dengan *stress* diperoleh koefisien korelasi rxy = -0,340 dengan p = 0,000 (p < 0,050) yang berarti ada hubungan negatif antara *self esteem* dengan *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi, dimana semakin tinggi *self este*em maka akan semakin rendah *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka akan semakin tinggi *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi.

Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga mengungkap bahwa *self esteem* menjadi faktor yang mempengaruhi *stress*. Dodgson & Wood (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self esteem* tinggi akan dapat memfokuskan diri pada kekuatan yang dimiliki. Sebaliknya, individu yang memiliki *self esteem* yang rendah akan berfokus pada kelemahan yang dimiliki. Individu dengan harga diri rendah biasanya menghabiskan waktu untuk berfokus pada aspek negatif kehidupan mereka dan selalu berpikiran negatif, sementara individu dengan harga diri tinggi mampu menghadapi masalah dengan baik (Okwaraji et al., 2017). Harga diri yang rendah memiliki dampak negatif seperti dapat meningkatkan stres, dan meningkatkan keparahan penyakit dalam kehidupan sehari-hari Juth (dalam Ahmad, 2018).

Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 55 subjek (49%) calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi memiliki tingkat *stress* pada kategori sangat berat dan *self esteem* yang dimiliki calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi berada pada kategori sedang dengan jumlah 60 subjek (53%). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi memiliki tingkat *stress* yang berada pada kategori sangat berat sedangkan tingkat *self esteem* berada pada kategori sedang. *Self esteem* berkontribusi sebesar 11,6% terhadap *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi dan masih terdapat 88,4% faktor lainnya yang dapat mempengaruhi *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Faktor lain yang dapat mempengaruhi *stress* seperti faktor protektif *coping stress*, *assessing coping* (menilai strategi koping*),* dan *social support* (dukungan sosial).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sesuai dengan rumusan dan tujuan peneltian ini bahwa terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan stress pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Korelasi ini membuktikan bahwa *self esteem* dan *stress* merupakan variabel yang memiliki pengaruh terhadap calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Semakin tinggi *self esteem*  yang dimiliki calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi maka semakin rendah *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. Sebaliknya semakin rendah *self esteem*  maka semakin tinggi *stress* pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi. *Self esteem* menyumbangkan kontribusi sebesar 11,6% terhadap variabel *stress*, dan sisanya sebesar 88,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan saran yaitu sebagai berikut:

Bagi Subjek Penelitian

*Self esteem* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *stress* sehingga untuk mengurangi *stress*, calon siswa TNI yang gagal disarankan untuk lebih meningkatkan *self esteem* yang lebih tinggi dengan cara belajar untuk menerima setiap kegagalan, kekecewaan, kesedihan, percaya pada kelebihan yang dimiliki, berpikir positif dan optimis serta tidak memandang diri sendiri negatif.

Bagi Keluarga

Dengan adanya dampingan dari keluarga diharapkan dapat menolong calon siswa TNI dari rasa bersalah, kecewa dan merasa gagal karena berpikir tidak bisa membahagiakan keluarga. Keluarga dapat memberikannya dengan cara memberi apresiasi pada calon siswa TNI yang gagal seleksi atas usaha dan kerja keras yang sudah dilakukan, tidak menyalahkan calon siswa karena gagal seleksi, tidak membandingkan calon siswa dengan orang lain, mendengarkan keluhan, kesedihan dan kekecewaan yang dirasakan oleh calon siswa TNI yang gagal.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, yang tertarik dan berminat untuk melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian ini, disarankan untuk dapat memilih faktor lain yang mempengaruhi *stress* seperti faktor protektif *coping stress*, *assessing coping* (menilai strategi koping*),* dan *social support* (dukungan sosial). Karena *self esteem* hanya menyumbangkan kontribusi sebesar 11,6% terhadap variabel *stress*, dan sisanya sebesar 88,4% dipengaruhi oleh faktor lain..

**DAFTAR PUSTAKA**

Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. Journal psikologi, *1*(1), 1–14

# Afif. (2013). Gagal jadi anggota TNI, pria stres tenteng senjata api. <https://news.okezone.com/read/2016/12/06/340/1560311/frustasi-gagal-masuk-tni-seorang-mahasiswa-gantung-diri>

Ahmad, I. F. (2018). Hubungan harga diri dengan diabetes *distress* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas puger kabupaten jember. Skrips*i*. Universitas Jember.

Antoni., (2020). Dari 3.145 pendaftar, hanya 520 calon bintara pk tni ad ikuti sidang parade.https://jateng.inews.id/berita/dari-3145-pendaftar-hanya-520-calon-bintara-pk-tni-ad-ikuti-sidang-parade

Armawi, A., & Wahidin, D. (2019).Eksistensi TNI dalam Menghadapi ancaman militer dan nir militer multidimensional di era milenial. *WIRA Edisi Khusus HUT TNI Ke 74 Tahun 2019*, *1*(1), 5–11.

Asnita, L., Arneliwati, & Jumaini. (2015). Hubungan tingkat stres dengan harga diri remaja di lembaga pemasyarakatan. *2*(2), 1231–1240.

Astawa, L. E. W., Ruspawan, I. D., & Suarnata, I. K. (2019). Hubungan Harga Diri Dengan Tingkat Stres Pada Pensiun Pns Guru. *Community of Publishing in Nursing*, *7*, 31–34.

Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Penerbit: (Anggota IKAPI) Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Baron, R.A., dan Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.

Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Edisi kesepuluh: jilid 2. Jakarta: Erlangga.

Brown, S. L., & Ireland, C. A. (2006) *Coping stres and distres in newly incarcerated male adolescents. Journal of adolescent health*. 38, 656-661.

Budiharjo S, H., Herry, S., & Suparja. (2015). Perencanaan sistem pendukung pengambilan keputusan penerimaan taruna dengan metode promethee (Studi Kasus Seleksi Taruna Akmil). *Seminar Nasional Informatika 2015 (semnasIF 2015)*, 147–155.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman and Company

Darmawanti, I. (2012). Dengan kemampuan dalam mengatasi stres (coping stress). *Jurnal Psikologi Dan Terapan*, *2*, 2.

Faisal., (2020). TNI AL menyeleksi 450 calon bintara dan tamtama dalam tes samapta. <https://www.antaranews.com/berita/1801445/tni-al-menyeleksi-450-calon-bintara-dan-tamtama-dalam-tes-samapta>

Fitriah, A., & Hariyono, D. S. (2019). Hubungan self esteem terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa *(Relationship of Self Esteem Against the Trend of Depression in Students*). *Psycho Holistic*, *1*(1), 8–17. <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic8>

Galanakis, M. J., Palaiologou, A., Patsi, G., Velegraki, I.-M., & Darviri, C. (2016). *A literature review on the connection between stress and self-esteem. psychology*, *07*(05), 687–694. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.75071>

# Garjito, D. & Handayani N. C. A (2021). Gagal tes masuk tni, pemuda menangis tak sanggup pulang temui orang tua**.** https://www. suara.com/news/ 2021/09/09/064710/gagal-tes-masuk-tni-pemuda-menangis-tak-sanggup-pulang- temui-orang-tua?page=all

Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). *Self* *disclosure* dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psympathic:* Jurnal Ilmiah Psikologi, *5*(1), 115-130.

Hadi, S. 2015. *Statistika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Harahap, S.W., (2022). Pangdam I/BB Mayjen TNI Achmad Daniel Chardin sebut minat pemuda sumut masuk TNI tinggi. <https://www.tagar.id/pangdam-ibb-mayjen-tni-achmad-daniel-chardin-sebut-minat-pemuda-sumut-masuk-tni-tinggi>

Haris, A., & Jamali, Y. (2017). Mengelola stres di sekolah. *Jurnal* *Tarbawy*, 159–180.

Hardjana, A.M. (1994). *Stres tanpa distres seni mengelola stres*. Yogyakarta ; Kanisius

Husin, L. S. (2017). Hubungan harga diri dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit pku muhammadiyah surakart*a*. *Skripsi*.

Iswari. (2017). Pola penyiapan tamtama Yonif 201/Jy dalam mengikuti seleksi pendidikan Secaba Reg guna mencapai hasil maksimal. *Jurnal Prodi Strategi Dan Kampanye Militer*, *3*(April), 104–120

Kiswanto, A., Nahdlatul, U., & Cirebon, U. (2017). Karakteristik rasa takut gagal (*Fear Of Failure*) pada young entrepreneurial berdasarkan minat karier mahasiswa. 3(1).

Khan, R. I. (2012). Perilaku asertif, harga diri dan kecenderungan depresi. Persona:Jurnal Psikologi Indonesia, *1*(2), 143–154. [https://doi.org/ 10.30996/persona.v1i2.40](https://doi.org/10.30996/persona.v1i2.40)

Kubalik, E. (2013). *The effects of coping, self-esteem, and social support on stress and wellbeing*. *Masters Theses*.

Kurniawan Ari Wibowo, M. P., Dr. Adi Wijayanto, S.Or., S, Kom., M. P., Fahrial Amiq, S.Or., M. P., & Muhammad Hafiz N.H, S. P. (2021). *Psikologi olahraga*.

Lazarus, R.S. dan Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.

Lisnayanti, N. W., Sulistyowati, N. M. D., & Surasta, I. W. (2015). Hubungan tingkat harga diri (*self-esteem*) dengan tingkat ansietas orang tua dalam merawat anak tunagrahita di Sdlb C negeri Denpasar. *Coping Ners*, *3*, 15–21.

Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the depression anxiety stress scales. (2nd. Ed.)* Sydney: Psychology Foundation

Maulidina I. (2021). Hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada laki-laki masa remaja akhir di yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Mus. Lanud. (2021). Danlanud Mus pimpin sidang pantukhir daerah casis Tamtama PK TNI AU GEL III**.** <https://tni-au.mil.id/danlanud-mus-pimpin-sidang-pantukhir-daerah-casis-tamtama/>

Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran *stress* dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *20*(2), 74. https://doi.org/ 10.26486/psikologi.v20i2.240

Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: toward a positive psychology of self-esteem 3rd Edition*. New York: Springer Publishing Company Inc

Nugroho, A., & Imam, T. (2020). Seskoad mencetak pemimpin dan staf militer yang unggul dan berkarakter. *Yudhagama*, *40*, 1–76.

Okwaraji, F. E., Onyebueke, G. C., Nduanya, C. U., & Nwokpoku, E. N. (2017). *Life satisfaction , self esteem and mental health in a sample of diabetic out-patients attending a Nigerian tertiary health institution*. *3*(2), 60–65.

Pinel, J. P. J. (2018). *Biopsikologi (Edisi 10)*. Yogyakarta; Pustaka Pelajar.

Pendam I/BB. (2022). Pangdam I/BB pimpin sidang pantukhir tamtama PK TNI AD reguler dan keagamaan Gel. II TA 2022 Subpanpus Pematangsiantar. <https://kodam1-bukitbarisan.mil.id/pangdam-i-bb-pimpin-sidang-pantukhir-tamtama-pk-tni-ad-reguler-dan-keagamaan-gel-ii-ta-2022-subpanpus-pematangsiantar/>

Prasetyo Cahyo Herdin. (2016). Hubungan antara religiusitas dan resiliensi pada individu yang gagal dalam seleksi kepolisisan di surakart*a*. *Skripsi*.

Prasetyo, E. (2016). Frustasi gagal masuk TNI, seorang mahasiswa bunuh diri. <https://news.okezone.com/read/2016/12/06/340/1560311/frustasi-gagal-masuk-tni-seorang-mahasiswa-gantung-diri>

Purwoko, D. (2020). Keterlibatan Tni dalam darurat corona berdasarkan keputusan presiden nomor kedaruratan kesehatan masyarakat covid- 19. *10*, 147–158.

Putri, N. R., & Nusantoro, E. (2020). Pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa smp negeri di kecamatan tembalang tahun pelajaran 2019/2020*.* *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, *6*(2), 139. [doi.org/10.22373/je.v6i2.6324](https://doi.org/10.22373/je.v6i2.6324)

Safitri, R. M. (2019). *Modul praktikum analisis data*.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescents*. Jakarta: Erlangga

Sarafino, E.P. & Smith, T.W. (2012) *Health psychology: biopsychosocial interactions. 7th edition*. New York: Wiley.

Saputri, Y. M. (2016). Hubungan *self- esteem* dalam konteks organisasi dan *stress* kerja pada dewasa awal. *Skripsi*.

Setyawan, N. F. B. (2015). Hubungan antara harga diri dengan kinerja pada perawat rumah sakit Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Sosio-Humaniora*, *6*(1)

Sitorus, M. R., & Maryatmi, A. S. (n.d.). Hubungan antara harga diri dan stres dengan *psychological well being* pada remaja panti asuhan Tanjung Barat di Jakarta. *4*(3), 119–136.

Stallard, P. (2005). *A clinician’s guide to think good-feel good:using cbt with children and young people.*West sussex:John Wiley & Sons.

Sulistyorini, T. (2012). Kelulusan tes masuk calon bintara TNI AL menggunakan jaringan saraf buatan. *UG Journal*, *6*(01).

Syamsu, M. N., & Milla, M. N. (2014). Pengalaman kegagalan pada laki-laki dan perempuan. *Jurnal Psikologi*, *10*(2), 95-102.

Tafarodi, R. W., & Milne, A. B. (2002). *Decomposing global self-esteem. Journal of Personality Assessment.* 70 (3), 443-484.

Thoits, P. A., & Thoits, P. A. (2014). *Stress, coping, and social support processes: Where Are We? What Next ?*. *35*(May), 53–79.

Tua, N., & Gaol, L. (2016). *Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional*. *24*(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>

Widyana, R., Sumiharso, & Safitri, R. M. (2020). *Psychometric Properties of Internet-Administered Version of Depression, Anxiety and Stress Scales ( DASS-42 ) in sample Indonesian Adult Psychometric Properties of Internet-Administered Version of Depression , Anxiety and Stress Scales (DASS-42 )* in sam. *Talent Development & Excellence*, *12*(June), 1422–1433.

Widyana, R. & S. (2020). *Ikhtisar DASS dan penggunaannya*.

 Widyana, Sumiharso, & Safitri. (2020). *DASS-42 adaptasi Indonesia oleh Widyana, Sumiharso, Safitri*.