

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

TNI (Tentara Nasional Indonesia) menurut undang – undang republik Indonesia nomor 34 tahun 2004 merupakan alat pertahanan Negara Kesatuan Republik Indonesia yang bertugas melaksanakan kebijakan pertahanan negara, melindungi keselamatan bangsa, mempertahankan keutuhan wilayah, menjalankan operasi militer untuk perang dan selain perang, serta ikut secara aktif dalam tugas pemeliharaan perdamaian regional dan internasional (JDIH BPK RI-Database Peraturan, 2004). Calon siswa Tentara Nasional Indonesia atau biasa disebut casis TNI merupakan calon peserta yang akan mengikuti seleksi rekrutmen Tentara Nasional Indonesia sebagai seorang prajurit militer. Didalam lingkup TNI terbagi menjadi tiga matra, yakni Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI AD), Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara (TNI AU), dan Tentara Nasional Indonesia Angkatan Laut (TNI AL). Dalam proses seleksi penerimaan TNI dilakukan di kesatuan masing - masing sesuai pembagian pada setiap daerah yang sudah ditentukan dengan tahapan seleksi sesuai peraturan militer yang telah ditetapkan (Rekrutmen-TNI.MIL.ID, 2022).

Menurut Simamora (2004) seleksi merupakan suatu proses pemilihan dari sekelompok pelamar atau orang – orang yang memenuhi kriteria seleksi untuk posisi yang tersedia. Dalam proses seleksi penerimaan TNI, instansi memiliki syarat umum, yakni warga negara Indonesia, beriman dan bertakwa keada Tuhan

Yang Maha Esa, setia kepada NKRI yang berdasarkan Pancasila dan UUD RI tahun 1945, berusia maksimal 22 tahun dan minimal 17 tahun 9 bulan pada saat pembukaan pendidikan pertama, sehat jasmani dan rohani termasuk tidak pernah terlibat dalam penggunaan narkoba, tidak berkacamata, pria atau wanita bukan anggota atau mantan prajurit TNI/Polri atau PNS TNI, berijazah minimal SMA/MA/SMK baik negeri atau swasta yang terakreditasi sesuai kebutuhan, belum pernah kawin dan sanggup tidak kawin selama dalam pendidikan pertama sampai dengan dua tahun setelah selesai pendidikan pertama, tidak sedang kehilangan hak menjadi prajurit berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap, berkelakuan baik dan tidak memiliki catatan kriminalitas yang dikeluarkan secara tertulis oleh Kepolisian Negara Republik Indonesia, serta lulus seleksi yang dilaksanakan oleh tim. Dalam proses penerimaan TNI, terdapat pemeriksaan dan pengujian yang harus diikuti peserta dengan sistem gagal seleksi pada setiap tahapannya diantaranya yakni administrasi, kesehatan, jasmani, litpers, dan psikologi. Masing masing pengujian dan pemeriksaan tersebut dilakukan pada seleksi tingkat daerah dan tingkat pusat (Rekrutmen-tni.mil.id, 2022).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan peminat berkarir dibidang militer yang tinggi, terlihat dari antusias masyarakat dalam mendatangi stand TNI AU Abdulrachman Saleh Malang dalam mengikuti pameran *job fair market* 2018 yang diselenggarakan oleh Dinas Tenaga Kerja Kabupaten Malang di Stadion Kanjuruhan, Kapanjen, Kabupaten Malang (Pen Lanud Abd, 2018). Komandan Pangkalan Udara Adisutjipta Yogyakarta, Marsekal pertama TNI Agus Munandar mengatakan bahwa minat pemuda dan pemudi untuk menjadi anggota serta

mengabdikan dari pada TNI Angkatan Udara relatif masih tinggi. Hal itu terbukti dari banyaknya lulusan SMA dan SMK yang mendaftar menjadi Tamtama dan Bintara TNI AU. TNI AU membutuhkan personel dengan kualifikasi yang terbaik dalam rangka mengemban tugas mulia. Oleh karena itu calon prajurit TNI AU perlu mempersiapkan diri sebaik – baiknya dalam mengikuti proses seleksi. Karena TNI AU hanya akan menerima prajurit dengan kualifikasi terbaik (Putra, 2014).

Berdasarkan informasi yang didapatkan, salah satu tempat pendaftaran rekrutmen TNI yakni di Kodam IV/Diponegoro, diketahui jumlah pendaftar awal yakni 3.145 calon siswa. Dari jumlah tersebut, dilakukan pengecekan awal oleh tim rekrutmen dengan kuota penerimaan seleksi ketahap selanjutnya pada sidang parade yakni berjumlah 520 calon siswa. Selanjutnya akan berkurang menjadi 260 calon siswa dan mengikuti seleksi tingkat pusat di Rindam IV/Diponegoro, jumlah 260 tersebut berisi gabungan dari calon siswa yang gagal seleksi dari pendaftaran calon siswa Taruna tingkat pusat lalu berminat mendaftar seleksi calon Bintara Prajurit Karier TNI AD (Caba PK TNI AD) di Kodam IV/Diponegoro (Antoni, 2020).

Sebagai contoh lain terkait penerimaan calon siswa dengan kuota terbatas yakni disalah satu tempat pendaftaran rekrutmen TNI yakni di Kodim 0803 Madiun, jumlah pendaftaran mencapai hampir seribu calon siswa, namun kuota penerimaan tingkat panda (pantauan daerah) Madiun pada tahun 2021 hanya 3 orang, yang semula 7 orang. Kuota penerimaan tersebut sama rata di beberapa kesatuan di Indonesia, seperti di Pacitan, Ponorogo, Madiun, Magetan, Ngawi, Trenggalek, Tulung Agung, Blitar, Ngajuk. Calon siswa yang lolos tes akan

mengikuti seleksi selanjutnya di beberapa Korem di Jawa Timur, dan selanjutnya dikirim untuk mengikuti tes akhir yakni Kodam V Brawijaya yang berjumlah 222 calon siswa dari seluruh perwakilan tiap- tiap daerah pendaftaran, pada tahun sebelumnya, kini tahun 2021 menjadi berjumlah 99 calon siswa (MABESAD, 2021).

Berdasarkan informasi yang didapat diketahui korem 081/DSJ (Madiun) pada tahun 2021 menerima kuota calon siswa berjumlah 27 siswa, sedangkan tahun sebelumnya berjumlah 55 siswa. Hal tersebut menjadikan peristiwa yang tidak menyenangkan bagi calon siswa yang memenuhi syarat (MS) dikarenakan calon siswa yang memenuhi syarat merupakan siswa yang lolos keseluruhan tes dengan total nilai yang baik, namun karena kuota berkurang, sehingga menjadikan calon siswa tersebut tidak termasuk dalam kuota yang diterima atau dinyatakan gagal seleksi (MABESAD, 2021).

Sebagai contoh, SuaraJogja.id (2021) memberitakan bahwa ada anak tukang bakso yang pantang menyerah hingga berhasil jadi prajurit TNI AD, ia adalah Serda Dodi Wardiono. Serda Dodi Wardiono merupakan calon siswa TNI yang sudah pernah gagal seleksi berkali – kali dalam seleksi penerimaan TNI AD, namun Serda Dodi memiliki tekad kuat untuk mengejar cita-citanya sejak berusia 7 tahun menjadi prajurit TNI. Serda Dodi mengungkapkan bahwa dirinya sudah pernah mendaftar beberapa kali, setiap ada pembukaan pendaftaran dirinya daftar hingga total tujuh kali, namun nasibnya belum beruntung, hingga pada akhirnya berhasil lulus dan menjadi anggota TNI. (7 Kali Gagal Anak Tukang Bakso Pantang Menyerah Hingga Berhasil Jadi Prajurit TNI AD, 2021).

Tingginya minat masyarakat pada profesi TNI menyebabkan terjadinya persaingan ketat antar calon siswa sehingga banyak calon siswa yang gagal seleksi atau tidak lolos seleksi yang kemudian mudah marah diduga mengalami stres sebagaimana kasus yang terjadi di Manokwari, Papua Barat terjadi keributan dan blokade jalan yang dilakukan oleh calon siswa TNI AD karena gagal diterima yang disebabkan keterbatasan kuota penerimaan. Kepala Penerangan Kodam XVIII/Kasuari menjelaskan bahwa kuota penerimaan hanya 20 orang, sedangkan jumlah pendaftar mencapai 338 orang (Purba, 2022)

Diantara calon siswa yang gagal tersebut banyak yang mengalami gangguan psikologi, sebagaimana kasus yang terjadi di Kabupaten Langkat, Sumatra Utara, seorang pria diduga mengalami stres karena gagal seleksi masuk TNI sebanyak dua kali. Hal tersebut diketahui karena perilaku pria tersebut menjadi aneh setelah gagal seleksi masuk TNI yakni dengan memanjat tower setinggi 50 meter setiap hari dan turun tower ketika sedang lapar saja (Wisely, 2022). Hal serupa juga terjadi di Kabupaten Aceh Tengah, diduga stres karena tidak lulus tes masuk TNI setahun yang lalu, pria bernama Ari Effendi berumur 21 tahun nekat menenteng senjata api didepan Mapolres Kabupaten Aceh Tengah hingga aparat membekuknya (Afif, 2013).

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Mei – 15 Mei 2022 menunjukkan bahwa 5 dari 8 calon siswa TNI yang telah gagal seleksi cenderung sering mengalami gelisah hingga sulit bersantai, merasa diri mudah marah dan mudah tersinggung, sering menyalahkan diri sendiri, merasa putus asa dan pesimis, setelah beberapa bulan calon siswa cenderung lebih suka menyendiri di rumah.

Gejala yang dialami calon siswa yang telah gagal seleksi tersebut sesuai dengan gejala stres yang dikemukakan oleh Lovibond & Lovibond (1995).

Lovibond & Lovibond (1995) mengemukakan stres merupakan respon emosi yang muncul karena adanya kejadian menekan serta membebani individu tersebut. Menurut Hardjana (1994), stres merupakan kondisi yang muncul dan tidak mampu diterima oleh seseorang dalam menghadapi *stressor* dengan nyata maupun tidak nyata, yakni pada kondisi sumber daya biologis, psikologis, dan sosial orang tersebut. Sarafino (1994) juga mengemukakan bahwa stres merupakan suatu keadaan yang menimbulkan tekanan secara internal atau eksternal dan masalah lainnya yang diakibatkan dari hubungan interaksi individu dengan lingkungan sosialnya. Keadaan tersebut menimbulkan persepsi dan memberi jarak pada sistem psikologis, biologis dan sosial individu tersebut. Kadar stres yang dialami seseorang dalam peristiwa semasa hidupnya bergantung pada sikap dan respon individu tersebut dalam menanggapi tekanan atau *stressor* yang dialami (Nasir dan Muhith, 2010). Adapun gejala stres menurut Lovibond & Lovibond (1995), yakni kesulitan untuk bersantai, kegugupan, mudah marah, mengganggu/ lebih reaktif, kesulitan untuk sabar. Terdapat pula gejala stres menurut Sarafino & Smith (2012), yakni emosi, kognitif, perilaku sosial, dan fisiologis.

Menurut Desmita (2005), kenyataan yang tidak sesuai dengan rencana dapat menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan bagi individu. Stres dapat berdampak negatif hingga sering mengganggu kehidupan manusia pada psikis dan fisik individu yang mengalaminya (Hidayat, 2007). Stres juga dapat menimbulkan

dampak psikologis pada individu tersebut seperti gangguan kesehatan mental, emosi tidak stabil, mudah marah hingga dapat menyebabkan depresi (Sitorus, 2020)

Terdapat faktor stres menurut Smeet (1994), yakni kondisi individu, kepribadian (*introvert, ekstrovert*, ketabahan diri, tahan dalam menghadapi masalah, stabilitas emosi), hubungan dengan lingkungan sosial, sosial kognitif, dan strategi *coping*. Sarafino (2011) juga mengemukakan faktor yang mempengaruhi stres yakni faktor individu yang meliputi usia, motivasi, kesehatan fisik, dan konflik diri. Faktor keluarga meliputi hubungan keluarga dengan diri individu tersebut, serta faktor masyarakat dan komunitas yang meliputi tuntutan pekerjaan dan membutuhkan waktu penyelesaian yang lama. Terdapat penelitian terdahulu mengenai studi identifikasi faktor – faktor stres individu yang gagal tes Polri, yang dilakukan oleh Sanjaya (2019), hasil penelitian menunjukkan terdapat faktor - faktor yang menyebabkan individu stres karena gagal tes seleksi masuk Polri, yakni faktor beban/ kelelahan fisik dan emosional, faktor kepribadian, dan faktor kognitif. Apabila di kaitkan dengan kegagalan seleksi calon siswa TNI, tahapan seleksi penerimaan TNI dan POLRI pada umumnya sama (Materi Seleksi TNI dan Polri, 2020).

Salah satu faktor stres menurut Smeet (1994) yakni kepribadian, dalam kepribadian tersebut terdapat faktor stabilitas emosi. Menurut Schneider (dalam Rosdiana, 2012) salah satu aspek stabilitas emosi yakni kontrol emosi, individu dapat dikatakan memiliki stabilitas emosi yang baik, jika mampu mengontrol emosi diri, menghadapi situasi dengan sikap rasional, mampu memberikan respon dan mengartikan situasi secara tepat serta tidak berlebihan, sehingga untuk mencapai

stabilitas emosi, individu harus memiliki pengelolaan emosi yang baik atau biasa disebut dengan kemampuan regulasi emosi diri.

Regulasi emosi merupakan kemampuan menilai, mengatasi, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang dialami individu untuk menyeimbangkan emosional (Greenberg, 2002). Menurut Gross dalam Strongman (2003), regulasi emosi merupakan usaha dalam mengatur dan mengelola emosi atau tentang cara seseorang tersebut mengungkapkan emosi yang dialaminya dan dapat mempengaruhi perilaku individu dalam mencapai tujuannya. Tujuan adanya regulasi emosi yang baik pada diri seseorang yakni untuk meminimalkan dampak negatif dari masalah yang sedang dihadapi individu dengan cara mengevaluasi dan memonitor pengalaman emosionalnya sendiri. Individu dapat dikatakan memiliki regulasi emosi yang baik, yakni ketika mampu membuat strategi respon emosi yang tepat untuk menurunkan emosi negatif serta meningkatkan emosi positif (Bosse, 2007)

Menurut Gratz & Roemer (2004) menjelaskan bahwa regulasi emosi termasuk cara adaptif seseorang dalam menanggapi emosi, menerima respon, dan kemampuan mengendalikan diri ketika menghadapi tekanan emosional dan fungsi emosional sebagai sebuah informasi. Menurut Gross (2007), regulasi emosi merupakan sebuah strategi yang dilakukan seseorang secara sadar maupun tidak sadar yang digunakan untuk mempertahankan, menguatkan atau mengurangi aspek yang diterima dari respon emosi yakni dari pengalaman emosi dan perilaku orang tersebut. Menurut Reivich dan Shatte (2002), mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang untuk tetap tenang meskipun dalam kondisi dibawah tekanan, dan seseorang harus memiliki ketenangan dan fokus yang baik

pada dirinya, sehingga mampu meredakan emosi yang ada dan dapat mengurangi stres. Terdapat aspek penentu kemampuan regulasi emosi seseorang menurut Gross & John (2003) yakni *cognitive reappraisal* dan *ekspressive suppression*.

Terdapat penelitian terdahulu yang membahas terkait Regulasi Emosi pada prajurit TNI. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa pengalaman emosional para prajurit dalam penugasan berdampak signifikan meningkatkan potensi adanya permasalahan emosi dan perilaku yang dialami prajurit. Semakin banyak tugas dan tuntutan yang diterima prajurit, maka semakin banyak pula *stressor* yang dialami, serta semakin besar pula potensi prajurit yang mengalami permasalahan emosi dan perilaku (Tamedya, 2016)

Penelitian serupa, dilakukan oleh Pramono (2021) mengenai hubungan regulasi emosi dengan tingkat stres mahasiswa yang melakukan *study from home* selama pandemi covid 19 di Indonesia, menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode pengambilan sampel *quota sampling* sebanyak 84 responden, mendapatkan hasil bahwa hubungan antara regulasi emosi dengan tingkat stres mahasiswa menunjukkan hasil keeratan rendah, artinya apabila semakin tinggi kemampuan regulasi emosi seseorang, maka akan semakin rendah tingkat stres yang dirasakan.

Penelitian tersebut sejalan dengan Syahadat (2013), mengungkapkan bahwa regulasi emosi yang baik dapat membantu seseorang untuk mengubah *stressor* berupa pikiran negatif menjadi lebih positif dan tenang ketika berada dibawah tekanan. Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan rumusan permasalahan : apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan stres pada calon siswa TNI yang pernah gagal ?.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yakni untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara regulasi emosi dengan stres pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi penelitian berikutnya dan memberikan kontribusi pengetahuan pada psikologi klinis dan psikologi sosial, khususnya terkait regulasi emosi dengan stres pada calon siswa TNI yang pernah gagal seleksi

### 2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan kepada pembaca mengenai adanya hubungan antara regulasi emosi dengan stres pada calon siswa gagal seleksi.