

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu yang memasuki usia dewasa awal dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, salah satunya adalah memiliki pekerjaan sebagai bagian dari proses kemandirian ekonomi dan pematangan identitas diri (Hurlock, 2002). Menjadi prajurit Tentara Nasional Indonesia (TNI) menjadi salah satu pilihan karier yang banyak diminati bukan hanya sebagai pekerjaan tetapi juga sebagai bentuk pengabdian terhadap negara. Sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia, TNI berfungsi menjaga kedaulatan negara, mempertahankan keutuhan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) serta melindungi segenap bangsa Indonesia dari ancaman dan gangguan terhadap keutuhan bangsa dan negara (Undang-Undang RI No. 34 Tahun 2004). TNI dibagi menjadi tiga matra, yaitu Angkatan Darat, Angkatan Laut, dan Angkatan Udara.

Calon siswa (casis) TNI adalah individu yang menjalani proses seleksi ketat dan bertahap untuk menjadi prajurit TNI, meliputi tes administrasi, kesehatan, jasmani, psikologi, akademik, dan wawancara (taruna.tni.mil.id, 2025). Proses seleksi ini bertujuan menjaring prajurit yang tangguh dan berintegritas. Menurut Simammora (dalam Meiyer, 2020), seleksi merupakan proses memilih kandidat dari sekelompok pelamar yang dianggap paling sesuai dengan kriteria untuk mengisi posisi yang dibutuhkan. Calon siswa TNI harus memenuhi syarat

administratif, fisik dan mental sesuai ketentuan yang berlaku (ad.rekrutmen-tni.mil.id, 2025). Materi seleksi terdiri dari dua tingkat yaitu, tingkat daerah meliputi pemeriksaan kesehatan, psikologi, mental ideologi, kebugaran jasmani, postur, dan administrasi. Sementara di tingkat pusat mencakup pemeriksaan administrasi, kesehatan umum dan jiwa, kebugaran jasmani, postur, serta sidang pantukhir (AL.Rekrutmen-tni.mil.id, 2023).

Di Indonesia pelatihan militer sangat diminati oleh generasi muda, tingginya minat masyarakat terhadap profesi TNI dan proses seleksi yang ketat menciptakan persaingan sengit di antara calon siswa (Fadhilah & Riza, 2024). Dilansir Kilat.com (2023), atlet muaythai Sarah Avilia Annisa, yang harus mengubur mimpinya setelah dinyatakan gagal lolos seleksi TNI AD meski berprestasi (Darmaya, 2023). Kasus lainnya seperti yang terjadi di Langkat, Sumatera Utara, dilansir detik.com (2022), sebuah video menunjukkan seorang pria nekat memanjat tower setinggi 50 meter, diduga karena stress gagal seleksi masuk TNI, hal nekat tersebut dilakukan setiap hari dan hanya turun ketika lapar saja (Wisley, 2022).

Tingginya angka kegagalan dalam seleksi TNI sejalan dengan ketatnya persaingan yang terjadi di seluruh matra. Pada rekrutmen Bintara PK Gelombang II TA 2024, TNI AD hanya membuka kuota 7.520 orang diseluruh indonesia, sementara jumlah pendaftar mencapai puluhan ribu (radartanggamus.disway.id, 2024). Kondisi serupa terjadi pada formasi Tamtama Gelombang II TA 2025 yang mencatat 15.416 pendaftar untuk 24.000 kuota (jurnalinvestigasimabes.com, 2025). persaingan tidak hanya ketat di tingkat nasional, tetapi juga di daerah, seperti Kodam IX/Udayana, dari 730 pendaftar hanya 486 orang yang lolos hingga tahap

Pantukhir (antaranews.com, 2024). Hal ini juga terjadi pada TNI AU di Panda Lanud Abd Saleh, di mana ratusan calon Bintara harus bersaing dengan kuota yang sangat terbatas (tni-au.mil.id, 2024). Ketatnya persaingan ini tentunya berdampak pada tingginya tekanan psikologis bagi calon peserta yang gagal.

Rasa takut akan kegagalan dan kekhawatiran tentang masa depan sering kali menciptakan perasaan tegang, ketidaknyamanan, dan keterangsangan fisiologis (Maryam, 2023). Dalam konteks ini, resiliensi menjadi hal yang sangat penting. Sejalan dengan pendapat Masten (2001), resiliensi adalah proses yang membantu individu bertahan dan bangkit setelah mengalami kesulitan. Dengan memiliki resiliensi yang kuat, calon siswa dapat mengatasi kecemasan dan tekanan yang dihadapi. Resiliensi yang kuat membantu individu tetap fokus dalam mencapai tujuan, mengurangi dampak negatif dari situasi sulit dan membantu individu kembali menjalani kehidupan secara normal (Jannah & Rohmatun, 2020).

Resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk terus bertumbuh meskipun menghadapi berbagai tantangan (Connor & Davidson, 2003). Sejalan dengan pendapat tersebut Fatimah (2021) menyatakan bahwa resiliensi mampu mendorong individu untuk memiliki sikap positif terhadap situasi yang dialami. Selain itu, resiliensi juga dapat diartikan sebagai kemampuan yang membantu individu dalam beradaptasi dan bertransformasi, meskipun sedang menghadapi peristiwa yang tidak diharapkan (Arsini, Rusmana & Sugandhi, 2022).

Urgensi resiliensi pada calon prajurit TNI yang gagal dalam seleksi menjadi sangat penting karena tingkat resiliensi yang berbeda menentukan bagaimana individu merespons kegagalan. Individu dengan resiliensi yang rendah seringkali

menunjukkan stres yang berlebihan, harga diri yang menurun, dan bahkan perilaku yang sembrono (Wisley, 2022; Darmaya, 2023). Sebaliknya, individu dengan resiliensi yang baik mampu beradaptasi secara positif, tetap sehat, dan memandang kegagalan sebagai bagian dari proses (Yehuda et al., 2006). Dengan resiliensi yang tinggi, mereka dapat mengontrol emosi, menjaga semangat, dan terus berorientasi pada tujuan. Selain itu, resiliensi dapat dibentuk melalui optimisme, dukungan sosial, koping adaptif, dan pencarian makna yang menjadi dasar untuk memudahkan individu bangkit dan siap menghadapi kesempatan berikutnya (Iacoviello & Charney, 2014).

Connor dan Davidson (2003), kemudian membagi resiliensi menjadi lima aspek utama meliputi: Kompetensi personal, keyakinan pada diri sendiri, penerimaan positif, kemampuan mengendalikan diri dan pengaruh spiritual. Aspek-aspek tersebut berkontribusi memberikan pandangan komprehensif tentang resiliensi individu dalam menghadapi tantangan hidup.

Pada kenyataannya, penelitian dan pengamatan empiris menunjukkan bahwa tingkat resiliensi pada setiap individu dapat sangat bervariasi, tergantung pada berbagai faktor, seperti dukungan individu, pengaruh budaya, sumber daya psikologis, serta keterampilan berpikir (Jannah & Rohmatun, 2021). Variasi ini menjadi penting untuk dipahami, terutama dalam konteks individu yang menghadapi tekanan dan tantangan tertentu. Salah satu contoh penelitian yang mengukur resiliensi dilakukan oleh Barbarosa, Putri, dan Chusairi (2021) terhadap remaja awal di Panti Asuhan Bani Yaqub Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 78% dari total subjek berada dalam kategori resiliensi sedang,

dengan skor antara 47 hingga 55. Menariknya, subjek berusia 13 tahun menunjukkan tingkat resiliensi tertinggi, sedangkan yang berusia 12 tahun memiliki tingkat resiliensi terendah. Temuan ini menggambarkan adanya perbedaan tingkat resiliensi bahkan dalam kelompok usia yang relatif berdekatan. Penelitian lain oleh Pakau dan Huwae (2022) menyoroti mahasiswa perantauan yang menjadi penyintas COVID-19. Sebanyak 43% dari mereka memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi, dan 57,35% responden berada dalam kategori sangat tinggi dalam hal resiliensi. Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat menjadi faktor pelindung yang kuat dalam meningkatkan daya tahan mental individu di tengah situasi sulit (Jarego dkk. 2024). Dalam seleksi TNI/POLRI kemampuan resiliensi juga menjadi hal yang sangat penting, mengingat tingkat kegagalan dalam seleksi casis cukup berkisar 75% hingga 90%, faktor utama penyebab kegagalan adalah tes kesehatan (50%), diikuti oleh tes jasmani (25%-30%), psikologi (20%-30%), dan wawancara ideologi (20%-30%) (tacticalinpolice.com, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 6-12 Oktober 2024, kepada 10 orang casis yang pernah mengikuti seleksi TNI dan mengalami kegagalan. Pertanyaan yang dibuat dan digunakan dalam wawancara tersebut mengacu pada aspek lima aspek utama resiliensi oleh Connor dan Davidson (2003) yaitu: Kompetensi personal, keyakinan pada diri sendiri, penerimaan positif, kemampuan mengendalikan diri dan pengaruh spiritual. Hasilnya, pada aspek kompetensi personal, 8 responden mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang siap menghadapi tantangan seleksi, karena adanya tantangan tes baru dimana mereka harus memenuhi standar tes baik keterampilan yang cukup serta fisik dan

mental yang prima. Pada aspek percaya kepada diri sendiri 9 responden mengaku bahwa kegagalan tes seringkali mengurangi kepercayaan diri mereka, karena hal tersebut membuat mereka meragukan kemampuan dan nilai mereka sendiri. Pada aspek penerimaan positif, 9 responden mengungkapkan bahwa tidak mampu menerima hasil tes secara positif, karena terjebak dalam perasaan negatif seperti malu dan putus asa. Pada aspek pengendalian diri, 9 responden mengaku kegagalan seleksi membuat mereka sulit mengendalikan emosi negatif seperti kemarahan, frustrasi dan kecemasan, yang membuat mereka terjerumus ke tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain, terutama casis laki-laki. Pada aspek pengaruh spiritual, 8 responden mengungkapkan bahwa kegagalan seleksi sangat mengguncang mereka sehingga jika mereka tidak memiliki dukungan spiritual yang memadai, mereka akan merasa kehilangan arah dan makna hidup.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, terlihat bahwa pengalaman tersebut sangat berdampak pada aspek resiliensi para calon siswa. Kegagalan dalam proses seleksi tidak hanya mempengaruhi kompetensi personal dan kepercayaan pada diri sendiri namun juga berdampak pada kemampuan mereka dalam mengendalikan emosi, menerima hasil dengan positif, dan dukungan spiritual. Menurut Holaday dan McPhearson (1997), resiliensi adalah pencapaian yang diraih oleh seseorang ketika berhasil mengatasi atau menyesuaikan diri dengan kesulitan kemudian melanjutkan hidup seperti biasa. Dalam pandangan Yehuda (Southwick dkk., 2014) resiliensi merupakan proses aktif untuk terus melangkah ke depan meskipun ada tantangan yang dihadapi. Dengan memperkuat aspek-aspek ini, maka calon siswa diharapkan dapat lebih efektif dalam menghadapi kegagalan dan mempersiapkan

diri untuk menghadapi tantangan di masa depan.

Secara ideal, individu yang memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi serta mampu mengatasi kesulitan dan tantangan yang mereka hadapi adalah individu yang resilien (Utami & Helmi, 2017). Jika resiliensi dalam diri individu berkembang, maka individu akan lebih mampu menghadapi masalah, mengoptimalkan potensi diri, menjadi lebih optimis, serta muncul keberanian dan kematangan emosional (Mahendra & Apsari, 2024). Tampombebu dan Wijono (2022) menekankan bahwa sifat-sifat individu memiliki dampak besar terhadap tingkat resiliensi seseorang, dimana individu dengan karakteristik yang positif akan mampu bertahan dalam berbagai situasi. Wright Masten dan Narayan (2012) juga Individu yang tangguh mampu menghadapi tantangan dan mengubah pengalaman negatif menjadi peluang untuk pertumbuhan. (Wright, Masten & Narayan (2012; Amelasih, Aditama & Wijaya, 2018). Dalam hal ini resiliensi sangat penting agar individu dapat menghadapi masalah dengan cara yang lebih positif (Mir'atannisa, Rusmana & Budiman, 2019). Berkaca dari penjelasan diatas maka dibutuhkan faktor protektif untuk membantu individu meningkatkan resiliensinya, faktor protektif ini mampu menjaga individu dari berbagai tantangan atau permasalahan yang dihadapi (Mahendra & Apsari, 2024).

Menurut Miarsih, Sugiarti, dan Suharidi (2024), beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi individu meliputi akses terhadap sumber daya, kemandirian, dan dukungan sosial. Di antara faktor-faktor tersebut, dukungan sosial menonjol sebagai hal yang penting dalam pembentukan resiliensi. Fatimah (2021) menemukan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi terhadap resiliensi

siswa dengan persentase sebesar 12,3%. Hal ini konsisten dengan temuan Kerebungu dan Santi (2021) juga menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat resiliensi. Temuan penelitian di atas mendukung pendapat bahwa dukungan sosial sangat penting dalam membantu individu menangani situasi sulit dan kegagalan (Betty & Rahayu, 2023). Dengan demikian, keberadaan dukungan sosial bukan hanya berperan dalam mengurangi dampak negatif dari kegagalan, tetapi juga berperan memperkuat kemampuan individu untuk menghadapi tantangan di masa depan.

Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial merujuk pada penerimaan yang diberikan oleh orang atau kelompok terhadap individu, yang menciptakan perasaan bahwa dirinya dihargai, diperhatikan, disayang, dan dibantu. Dukungan sosial bisa berupa dukungan emosional, informasi, bantuan praktis dan penghargaan yang membantu individu mengatasi tantangan yang dihadapi. Dalam penelitiannya Tentama (2014) menjelaskan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan cara individu mengelola dan mengurangi tekanan atau stres yang dialami secara berkelanjutan. Dukungan sosial memungkinkan individu untuk menghadapi tantangan dengan lebih tenang dan percaya diri, dengan demikian individu dapat mengurangi resiko-resiko negatif yang dapat berdampak buruk dan mempengaruhi aktivitasnya (Jannah & Rohmatun, 2020).

Menurut Putri, Pratiwi dan Anggraini (2021) Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam mempengaruhi tingkat resiliensi. Kerebungu dan Santi (2021), juga berpendapat bahwa dukungan dari lingkungan sosial membantu individu dalam proses penyesuaian diri dengan tantangan sehari-hari.

Dalam situasi yang penuh tekanan atau krisis, keberadaan dukungan sosial, membuat individu tidak merasa sendiri, diterima, dihargai, dan didukung sehingga ia menjadi lebih optimis untuk bangkit dan menghadapi kondisi sulit yang dialaminya (Betty & Rahayu, 2023). Penelitian Uchino (2006) juga menegaskan bahwa dukungan sosial memberikan perlindungan terhadap stressor psikologis dan fisik, yang pada gilirannya dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi. Dengan merasa didukung dan dimengerti, individu akan mengalami peningkatan dalam resiliensi (Kerebungu & Santi, 2021).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan resiliensi individu dalam menghadapi berbagai tantangan. Misalnya studi oleh Sunarta dan Fauziah (2024) yang meneliti pasangan menikah tanpa anak, dimana dukungan sosial dari keluarga seperti kepedulian, bantuan finansial dan motivasi memainkan peran besar dalam meningkatkan harga diri dan memperkuat resiliensi individu dalam menghadapi tantangan psikologis. Temuan ini sejalan dengan pemahaman bahwa dukungan sosial membuat seseorang merasa disayangi, dihormati, diperhatikan, dihargai, dan dianggap sebagai bagian dari kelompok sehingga mampu bangkit dari situasi sulit (Christanti & Wati, 2023; Putri, Pratiwi & Anggraini, 2021). Resiliensi, di sisi lain berperan penting mendorong individu untuk terus maju dalam mengatasi tantangan dan kegagalan hidupnya (Sethi, 2023). Seperti yang ditemukan dalam penelitian Nugraha dan Rohayati (2024) bahwa resiliensi yang tinggi pada seseorang memiliki potensi untuk mencegah individu menyerah saat dihadapkan pada tekanan dari lingkungan sekitarnya. Sementara itu, dalam studi literatur yang dilakukan oleh Lubis, Firman,

dan Netrawati (2024) dijelaskan bahwa resiliensi menggambarkan kemampuan seseorang atau kelompok dalam beradaptasi dengan situasi yang berubah, menemukan solusi alternatif mengatasi masalah, dan terus maju meskipun mengalami kegagalan atau kesulitan.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, terdapat perbedaan yang mencolok antara calon siswa yang gagal dalam seleksi TNI namun akhirnya berhasil dengan yang gagal dan belum berhasil. Kelompok pertama menunjukkan kemampuan untuk bangkit, mempertahankan motivasi, dan terus berusaha, sedangkan kelompok kedua cenderung putus asa dan menarik diri. Perbedaan respon ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensi merupakan faktor penting yang menentukan apakah individu mampu bangkit dari kegagalan atau tidak. Yehuda dkk. (2006) mendefinisikan resiliensi sebagai adaptasi positif di bawah tekanan, yang memungkinkan individu untuk menerima kegagalan, mempertahankan antusiasme, dan mempersiapkan diri untuk kesempatan berikutnya. Masten (2001) menyebutnya sebagai keajaiban biasa, kemampuan alamiah untuk bangkit kembali, sedangkan Southwick dkk. (2014) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk terus bergerak maju secara positif. Dengan demikian, pemahaman mengenai resiliensi penting untuk membantu calon mahasiswa secara adaptif mengelola kegagalan, mempertahankan motivasi, dan tetap fokus pada tujuan.

Meskipun hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi telah banyak dikaji, penelitian mengenai dampak kegagalan dalam seleksi TNI dengan kedua variabel ini masih terbatas. Proses seleksi TNI yang kompetitif dengan tingkat kegagalan yang besar beresiko menimbulkan tekanan psikologis, terutama bagi casis yang

telah mempersiapkan diri dari lama. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan tingkat resiliensi pada calon siswa yang gagal dalam seleksi TNI. Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah disampaikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat resiliensi pada calon siswa yang gagal lolos seleksi TNI?”.

B. Manfaat Penelitian

a. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat resiliensi pada calon siswa yang gagal lolos seleksi TNI.

b. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan psikologi klinis. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori terkait peran dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi individu sehingga mendukung proses pemulihan calon siswa yang gagal seleksi TNI.

b. Manfaat Praktis

1. Penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada calon siswa tentang pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi stres dan kekecewaan setelah gagal seleksi. Memahami dampak positif dukungan sosial dapat memotivasi individu untuk mencari bantuan dari keluarga, teman, dan masyarakat. Dengan demikian, mereka mampu pulih dan menghadapi tantangan dengan lebih efektif.

2. Memberikan masukan bagi pihak terkait, seperti lembaga pelatihan, konselor, atau psikolog, dalam merancang program dukungan sosial guna meningkatkan resiliensi calon siswa dan mengurangi rasa isolasi, sehingga mereka tetap memiliki peluang untuk sukses.