

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses penerimaan anggota Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI AD) adalah seleksi yang sangat ketat di Indonesia. Dari 726 individu yang mencapai tahap akhir Panitia Daerah (Panda), termasuk 3 orang dari (pedalaman) Baduy, Kodam III/Slw berencana merekrut sekitar 456 calon prajurit Tamtama TNI AD (Rekrutmen TNI AD, 2025). Proses ini terdiri dari beberapa tahap yang memerlukan persiapan administrasi, kesehatan, kesamaptan jasmani, pemeriksaan psikologi, dan penelusuran mental dan ideologi atau litpers (Rekrutmen TNI AD, 2025). Oleh karena itu, seleksi TNI AD bukan hanya menguji kemampuan, tetapi juga ketahanan mental para pesertanya (Nurjihat, 2023).

Tingginya persaingan dan standar seleksi yang sangat ketat membuat proses ini menjadi beban yang cukup berat bagi para calon peserta. Pada tahun 2025, tercatat lebih dari 107.365 orang mendaftar untuk menjadi calon Tamtama dan Bintara, sementara kuota nasional hanya sekitar 24.000 orang (Kementerian Pertahanan RI, 2025). Tes jasmani seperti lari, push up, sit up, dan pull up dilakukan untuk mengukur kesamaptan jasmani, sedangkan pemeriksaan psikologi menilai kestabilan emosi, kepribadian, serta motivasi calon prajurit (Pusat Psikologi TNI AD, 2023). Tujuan dari seleksi ini adalah untuk mendapatkan calon prajurit yang tidak hanya bugar secara fisik, tetapi juga matang secara mental dan siap menghadapi tekanan tugas. Pedoman resmi rekrutmen menjelaskan bahwa standar tersebut dibuat agar kualitas personel memenuhi kebutuhan operasional militer yang profesional dan Tangguh (Rekrutmen TNI AD, 2025).

Tahapan seleksi seperti pemeriksaan kesehatan dan psikologi sering menjadi penyaring utama. Dari beberapa tes yang di lalui, banyak calon gagal pada tahap kesehatan jasmani akibat tidak memenuhi standar ideal tinggi badan, penglihatan, atau kebugaran (Siregar, 2022). Sementara pada tes psikologi, faktor seperti kontrol emosi dan kemampuan adaptasi terhadap tekanan menjadi aspek penentu kelulusan. Data dari penelitian Siregar (2022) menunjukkan bahwa dari

120 calon yang diuji, hanya 35% dinyatakan memenuhi standar psikologis untuk mengikuti pendidikan militer. Dari data tersebut menunjukkan bahwa proses seleksi TNI AD bukan hanya menguji kemampuan fisik, tetapi juga mental agar calon siswa mampu bertahan dan bersaing dalam seleksi.

Kegagalan dalam seleksi TNI AD tidak selalu membuat calon siswa menghentikan usahanya untuk menjadi prajurit. Sebagian besar calon siswa tetap memiliki keinginan untuk mengikuti seleksi kembali pada periode berikutnya dengan harapan memperoleh hasil yang lebih baik. Keinginan tersebut mendorong individu untuk melakukan berbagai bentuk persiapan, seperti meningkatkan kemampuan fisik, memperbaiki kesiapan mental, serta mengevaluasi kekurangan yang menyebabkan kegagalan pada seleksi sebelumnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa kegagalan bukan hanya dipandang sebagai akhir dari proses, tetapi juga sebagai pengalaman yang dapat dijadikan dasar untuk melakukan perbaikan diri.

Menurut Rahmawati (2021), meskipun peserta yang gagal seleksi mengalami stres, kekecewaan, dan kehilangan motivasi, mereka tetap memiliki dorongan untuk bangkit dan mempersiapkan diri menghadapi kesempatan berikutnya. Temuan tersebut juga didukung oleh Yunitasari, Pratiwi, dan Setiawan (2021) yang menyatakan bahwa individu yang mampu mengelola tekanan akibat kegagalan akan lebih terdorong untuk kembali berjuang mencapai tujuan yang diinginkan. Oleh karena itu, bagi calon siswa yang masih berkeinginan mengikuti seleksi TNI AD pada periode berikutnya, kemampuan menggunakan strategi koping yang adaptif menjadi penting agar pengalaman kegagalan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dan dasar penyusunan strategi persiapan yang lebih baik.

Salah satu permasalahan yang menunjukkan belum optimalnya strategi koping berfokus masalah adalah rendahnya kemampuan calon siswa dalam melakukan perencanaan penyelesaian masalah (Pramudya, A. R., 2026). Setelah dinyatakan tidak lolos seleksi, sebagian calon siswa belum mampu mengevaluasi aspek yang menjadi penyebab kegagalan, baik dari sisi kesehatan, kemampuan fisik, psikologi, maupun akademik. Kondisi tersebut menyebabkan individu belum memiliki perencanaan yang jelas mengenai langkah-langkah yang harus dilakukan untuk meningkatkan kesiapan menghadapi seleksi berikutnya. Akibatnya,

Commented [WS1]: Permasalahan yang terjadi akibat kegagalan

persiapan yang dilakukan pada kesempatan berikutnya sering kali tidak didasarkan pada hasil evaluasi yang sistematis sehingga peluang untuk memperbaiki performa menjadi kurang optimal.

Permasalahan lain terlihat pada upaya pencarian dukungan dan informasi setelah mengalami kegagalan seleksi. Meskipun informasi mengenai proses seleksi TNI AD tersedia melalui berbagai media dan komunitas, tidak semua calon siswa memanfaatkannya sebagai sumber pembelajaran untuk mempersiapkan seleksi berikutnya. Sebagian calon siswa masih merasa bingung mengenai penyebab kegagalan yang dialami dan belum secara aktif mencari informasi, saran, maupun pengalaman dari individu lain yang pernah mengikuti seleksi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa individu belum sepenuhnya menggunakan strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Santo dan Alfian (2021) yang menyatakan bahwa individu yang mengalami kegagalan cenderung mengalami kesulitan dalam mencari informasi dan memanfaatkan dukungan yang tersedia untuk mengatasi permasalahannya. Akibatnya, calon siswa memiliki keterbatasan informasi mengenai strategi persiapan yang lebih efektif sehingga proses penyelesaian masalah menjadi kurang optimal.

Selain itu, permasalahan juga terlihat pada cara calon siswa menghadapi kegagalan yang dialami. Sebagian calon siswa memilih menghindari pembahasan mengenai kegagalan karena merasa malu, kecewa, atau kehilangan kepercayaan diri. Sikap tersebut menyebabkan mereka cenderung menunda evaluasi terhadap penyebab kegagalan dan tidak segera menyusun langkah perbaikan untuk menghadapi seleksi berikutnya. Padahal, menghadapi masalah secara langsung melalui evaluasi diri dan penyusunan strategi perbaikan merupakan salah satu bentuk strategi koping berfokus masalah. Oleh karena itu, kurangnya keberanian untuk menghadapi kegagalan dapat menghambat individu dalam beradaptasi serta mempersiapkan diri secara lebih optimal pada kesempatan berikutnya (Huzzaimah, 2025).

Ketatnya proses seleksi TNI AD ini membawa dampak psikologis bagi calon peserta, terutama yang gagal. Seperti penelitian Rahmawati (2021),

menunjukkan bahwa sebagian besar peserta yang tidak lolos mengalami stres, kekecewaan, dan kehilangan motivasi berlatih. Menurut Nurjihat (2023), siswa yang mengikuti pendidikan Bintara TNI AD mengalami tekanan dan stres yang tinggi, terutama ketika menghadapi seleksi dan proses penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman seleksi militer bisa menjadi sumber stres yang serius dan membutuhkan cara mengelola emosi yang tepat. Kegagalan tersebut bisa menimbulkan dampak emosional signifikan seperti kehilangan motivasi, malu, atau bahkan depresi ringan pada sebagian calon (Istiqamah, 2025).

Kegagalan dalam proses seleksi, seperti yang dialami calon siswa yang tidak lolos masuk institusi militer atau kepolisian, dapat menimbulkan dampak psikologis yang signifikan. Sebagai contoh, studi di Indonesia menunjukkan bahwa pada peserta seleksi penerimaan bintara Tahun Anggaran 2022 di Polda Sumatera Selatan, sebagian besar tergolong dalam kategori stres dan kecemasan yang normal. Namun, proses seleksi itu sendiri diidentifikasi sebagai momen kritis di mana calon peserta mengalami tekanan mental yang terukur (Purnomo, Suhariadi, & Sugiati, 2022). Kegagalan dalam proses seleksi di TNI AD serupa dengan kegagalan diseleksi lain, seperti masuk perguruan tinggi atau ujian masuk instansi tertentu. Penelitian Darmawanti (2022) menemukan bahwa perasaan takut gagal dan kecewa setelah tidak lulus berhubungan erat dengan penurunan kesejahteraan psikologis serta munculnya pikiran putus asa pada siswa menjelang seleksi UTBK. Keadaan ini dapat mengakibatkan penurunan kesejahteraan psikologis dan risiko gangguan emosional yang lebih tinggi jika tidak ditangani dengan tepat (Andini, 2025).

Kegagalan seleksi juga berdampak pada penurunan motivasi dan semangat berjuang untuk mencapai tujuan. Penelitian oleh Yunitasari, Pratiwi, dan Setiawan (2021) menunjukkan bahwa stres akibat tekanan kompetisi dan kegagalan berpotensi menurunkan kinerja individu dalam menghadapi situasi selanjutnya. Reaksi ini bisa mencakup ketahanan psikologis jika orang tersebut tidak memiliki kemampuan mengelola stres yang cukup. Dengan demikian, manajemen stres sangat krusial agar seseorang mampu mengalihkan energi negatif secara produktif melalui kegiatan fisik, kognitif, atau sosial (Maryam, 2020). Strategi coping yang

sesuai dapat membantu seseorang melihat kegagalan sebagai pelajaran, bukan akhir dari usaha.

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi tekanan atau situasi yang menimbulkan stres. Upaya yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai melebihi kemampuan dirinya dikenal sebagai strategi koping. Strategi koping merupakan proses kognitif dan perilaku yang digunakan seseorang untuk mengurangi, mengendalikan, atau menyesuaikan diri terhadap tekanan yang dihadapi sehingga individu mampu mempertahankan fungsi psikologisnya secara adaptif (Andriyani, 2019). Penggunaan strategi koping yang tepat menjadi penting karena dapat membantu individu mengelola dampak psikologis akibat pengalaman yang tidak menyenangkan, termasuk kegagalan dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Sebaliknya, penggunaan strategi koping yang kurang adaptif berpotensi membuat individu semakin larut dalam stres, kekecewaan, dan kesulitan untuk bangkit dari kegagalan (Maryam, 2020).

Dari latar belakang permasalahan tersebut, reaksi terhadap kegagalan ini berbeda-beda tergantung pada cara seseorang menghadapinya. Salah satu cara efektif untuk mengelola situasi sulit tersebut adalah dengan strategi koping berfokus masalah (*Problem focused coping*), yaitu usaha seseorang untuk memecahkan masalah secara langsung dengan mencari solusi yang konkret seperti dengan merencanakan tindakan, ataupun mencari informasi (Pitaloka, 2021). Strategi ini membantu individu agar tidak larut dalam perasaan kecewa, tetapi lebih fokus mencari jalan keluar dan memperbaiki kekurangannya untuk mencoba kembali di kesempatan berikutnya (Aulia & Puspitasari, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan penggunaan *problem-focused coping*. Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi cenderung lebih aktif mencari informasi, merencanakan penyelesaian masalah, serta mengambil langkah-langkah yang adaptif ketika menghadapi situasi yang menimbulkan stres (Anwar & Agustina, 2022). Mereka tidak sekadar menyalahkan keadaan atau merasa rendah diri, melainkan berusaha mengevaluasi penyebab kegagalannya dan menyusun rencana perbaikan, misalnya

Commented [WS2]: Alasan penggunaan Strategi koping

Commented [WS3]: Pemilisan strategi koping

Commented [WS4]: Pentingnya strategi koping berfokus masalah menurut penelitian terdahulu

dengan meningkatkan kebugaran fisik, memperdalam kemampuan akademik, atau melatih kedisiplinan diri sehingga mampu memenuhi ketentuan kelulusan (Rekrutmen TNI AD, 2025). Dengan demikian, strategi ini berperan penting dalam mengubah pengalaman kegagalan menjadi peluang untuk belajar dan berkembang (Hidayat & Rachmah, 2021).

Menurut Andriyani (2019) mengemukakan bahwa selain membantu individu bangkit dari kegagalan, strategi koping berfokus masalah juga dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan rasa kontrol diri. Ketika seseorang merasa mampu mengendalikan situasi dengan langkah nyata, tekanan psikologis menjadi lebih ringan. Hal ini berbeda dengan strategi koping berfokus emosi yang hanya meredakan perasaan sementara tanpa menyentuh akar permasalahan menurut Fadilah & Handayani (2020). Oleh karena itu, penggunaan strategi koping berfokus masalah sangat relevan untuk membentuk ketahanan mental bagi calon siswa yang mengalami kegagalan dalam proses seleksi ketat seperti TNI AD (Fitriani & Mulyani, 2020).

Komunitas daring menjadi wadah penting bagi individu untuk memperoleh dukungan sosial, terutama dalam jenis dukungan emosional dan informasi. Studi menunjukkan bahwa ruang virtual seperti *Rahasia Gadis* memungkinkan anggota saling berbagi pengalaman pribadi secara aman dan anonim, sehingga mereka merasa diterima dan dimengerti oleh sesama pengguna (Husna, Tazri, & Nurmala, 2023). Selain itu, interaksi di platform sosial seperti halaman Facebook *Rumah Zakat* memperlihatkan bahwa dukungan sosial banyak muncul dalam bentuk pesan empati dan saran praktis (Lestaluhu, 2017). Bentuk dukungan tersebut mendukung individu untuk tidak merasa sendiri saat menghadapi stress psikologis dan meningkatkan rasa percaya diri. Oleh karena itu, komunitas daring dapat dipandang sebagai sumber dukungan sosial yang nyata dalam konteks kehidupan modern (Veriana, 2022).

Kemajuan teknologi digital memungkinkan individu memperoleh dukungan sosial secara virtual dengan cara yang lebih fleksibel, tanpa dibatasi oleh waktu maupun lokasi. Penelitian Hudriah, Rahman, dkk (2023) menunjukkan bahwa komunitas daring menjadi ruang bagi anggotanya untuk saling memberi dukungan

emosional dan memotivasi satu sama lain ketika menghadapi berbagai tantangan. Temuan serupa juga terlihat dalam studi yang dilakukan pada lingkungan mahasiswa, di mana interaksi melalui platform daring mampu mempertahankan rasa kebersamaan meskipun aktivitas tatap muka dibatasi (Wardoyo & Aditya, 2022). Selain itu, kemudahan akses dan keterlibatan aktif dalam komunitas virtual terbukti berkaitan dengan peningkatan kondisi psikologis individu (Violita et al., 2024). Dengan demikian, ruang digital menyediakan sarana yang efektif bagi seseorang untuk membangun dan mempertahankan dukungan sosial yang dibutuhkan, termasuk bagi individu yang sedang menghadapi situasi sulit seperti kegagalan seleksi

Dukungan sosial yang diperoleh melalui komunitas daring memiliki fungsi penting dalam membantu individu mengelola stres serta memilih strategi koping yang lebih adaptif. Studi terbaru menunjukkan bahwa partisipasi aktif dalam komunitas virtual dapat meningkatkan kemampuan individu untuk berpikir rasional dan mengambil langkah konkret dalam menyelesaikan masalah (Ananda & Kurniawan, 2023). Dukungan informasional dan emosional yang diberikan anggota komunitas online terbukti mendorong individu mengembangkan manajemen koping berfokus masalah dibandingkan koping yang berorientasi terhadap emosi semata (Sari, 2021). Selain itu, komunikasi positif yang terjalin dalam komunitas digital juga berkontribusi terhadap peningkatan ketahanan psikologis, sehingga individu mampu menghadapi kegagalan dengan sikap yang lebih konstruktif (Rizkiana & Rachmawati, 2022). Oleh karena itu, dukungan sosial dari komunitas daring dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang meningkatkan kemampuan individu untuk beradaptasi dan mencari solusi atas tekanan psikologis yang dihadapi.

Menurut Fitriana dan Abdullah (2024), interaksi dalam platform media sosial dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengguna dalam memanfaatkan dukungan online secara adaptif. Selain itu, kajian tentang komunitas virtual menunjukkan bahwa komunitas-komunitas online (Grup Facebook, WhatsApp) memfasilitasi pertukaran informasi praktis, sharing pengalaman, semua ini bertujuan agar individu dapat mengambil tindakan *problem-solving* yang terarah

(Purnamasari, 2019). Artinya, keberadaan dukungan sosial daring bukan hanya meredakan emosi, tetapi juga menyuplai alat dan informasi yang meningkatkan kemungkinan penggunaan koping yang berfokus pada penyelesaian masalah.

Pitaloka (2021) menemukan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial dari komunitas online lebih efektif melakukan perencanaan serta tindakan langsung dalam menghadapi stres dibandingkan yang tidak mendapatkan dukungan tersebut. Lebih lanjut, penelitian Husna (2023) mengenai komunitas daring “Rahasia Gadis” menunjukkan bahwa bentuk dukungan virtual yang diberikan antar anggotanya dapat meningkatkan rasa kontrol diri dan keaktifan dalam mencari solusi atas permasalahan pribadi. Hasil penelitian itu menunjukkan bahwa dukungan sosial dari komunitas daring bukan hanya bisa mengurangi rasa stres, tetapi juga membantu seseorang menjadi lebih fokus untuk mencari dan melakukan cara-cara nyata dalam menyelesaikan masalahnya. Ini menunjukkan adanya keterkaitan positif antara dukungan sosial daring dan penerapan strategi koping yang berorientasi pada masalah.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam pembentukan strategi coping berfokus masalah pada individu yang menghadapi situasi penuh tekanan. Astuti (2016) dalam penelitiannya terhadap siswa SMK Negeri 3 Yogyakarta menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan strategi koping berfokus masalah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari orang tua, maka semakin baik pula keterampilan siswa dalam menggunakan strategi koping berfokus masalah. Studi ini menekankan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan secara konstruktif.

Temuan serupa juga ditunjukkan pada penelitian Wati dan Arifiana (2021) yang mengeksplorasi apakah dukungan sosial dapat berfungsi sebagai prediktor strategi koping berfokus masalah terhadap mahasiswa. Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan strategi koping berfokus masalah, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima

mahasiswa, maka semakin tinggi kemampuan mereka dalam menghadapi masalah secara aktif dan terarah. Penelitian ini menekankan bahwa dukungan sosial bukan hanya berperan sebagai pelindung stres, melainkan juga sebagai faktor prediktif yang mendorong individu untuk menggunakan koping yang berorientasi pada pemecahan masalah.

Penelitian mengenai dukungan sosial daring di Indonesia sebagian besar masih terfokus pada kelompok umum seperti mahasiswa, pekerja, atau komunitas media sosial, sehingga belum menyentuh konteks kegagalan seleksi militer yang memiliki dinamika emosional berbeda. Terbukti pada studi yang dilakukan oleh Husna, Tazri, dan Nurmala (2023) pada komunitas “Rahasia Gadis” serta penelitian Pitaloka (2021) terkait dukungan sosial daring pada mahasiswa hanya menggambarkan peran dukungan online dalam situasi sehari-hari atau akademik. Padahal, pengalaman gagal seleksi militer menurut Rahmawati (2021) dapat memunculkan stres berkepanjangan dan penurunan motivasi yang lebih kompleks dibandingkan populasi umum. Hal ini mengindikasikan adanya kekosongan penelitian terkait bagaimana dukungan sosial komunitas daring dapat membantu individu yang berada dalam tekanan kompetitif seperti seleksi TNI AD.

Selain itu, kajian mengenai strategi koping di Indonesia umumnya berfokus pada konteks pendidikan dan pekerjaan, bukan pada mereka yang mengalami kegagalan seleksi militer. Terbukti penelitian oleh Ananda dan Kurniawan (2023) memang menemukan bahwa komunitas daring dapat mendukung peningkatan problem-focused coping, namun temuan tersebut tidak diarahkan pada individu yang menghadapi tuntutan fisik dan mental seperti dalam seleksi TNI AD. Sementara penelitian Purnomo et al. (2022) telah mengidentifikasi stres pada peserta seleksi kepolisian, studi tersebut belum menghubungkan peran dukungan sosial daring sebagai faktor yang dapat membantu mengatasi tekanan tersebut. Oleh sebab itu, penelitian penting untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan mempelajari keterkaitan antara dukungan sosial komunitas daring dan strategi koping berfokus masalah pada calon prajurit TNI AD yang gagal seleksi. Dimana hal ini merupakan sebuah area yang belum mendapat perhatian empiris sebelumnya.

Selain itu, meskipun beberapa penelitian dalam negeri telah membahas dukungan sosial dan mekanisme koping secara terpisah, integrasi kedua variabel tersebut dalam konteks kegagalan seleksi militer masih belum dieksplorasi. Misalnya, studi oleh Fitriana dan Abdullah (2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial daring berdampak positif pada peningkatan kesejahteraan psikologis, sementara penelitian oleh Sumiati dan Sita (2023) menunjukkan bahwa strategi *problem-focused coping* secara signifikan memengaruhi kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan selama pandemi, yang menggarisbawahi pentingnya strategi koping aktif dalam menghadapi stres berat. Namun, kedua penelitian tersebut tidak mengkaji bagaimana dukungan sosial daring dapat secara langsung memengaruhi penggunaan strategi koping pada individu yang gagal dalam seleksi TNI AD. Padahal, menurut Purnamasari (2019), komunitas daring dapat menjadi wadah pertukaran informasi dan pengalaman yang mendorong tindakan *problem-solving*. Dengan demikian, masih terdapat kekosongan penelitian yang mengkaji hubungan langsung antara dukungan sosial daring dan strategi *problem focused coping* pada populasi dengan tekanan seleksi kompetitif seperti calon siswa TNI AD yang tidak lolos.

Urgensi penelitian ini didasari oleh fakta bahwa kegagalan dalam seleksi TNI AD sering menimbulkan tekanan psikologis yang cukup berat, seperti stres, rasa putus asa, serta menurunnya motivasi untuk mencoba kembali. Rahmawati (2021) menunjukkan bahwa individu yang gagal seleksi mengalami penurunan kesejahteraan emosional yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk bangkit dan mengelola stres secara efektif. Selain itu, proses seleksi militer sendiri merupakan situasi dengan tingkat kompetisi dan tekanan tinggi, sebagaimana dibuktikan oleh temuan Purnomo *et.al* (2022) yang menunjukkan bahwa peserta seleksi kepolisian mengalami stres mental yang cukup besar selama proses seleksi. Oleh karena itu, dukungan sosial daring menjadi faktor penting untuk membantu calon peserta menghadapi dampak psikologis dari kegagalan seleksi.

Penelitian ini juga perlu dilakukan dengan dasar teori yang menjelaskan bagaimana dukungan sosial dapat memengaruhi penggunaan strategi koping berfokus masalah. Berdasarkan teori dukungan sosial dari Sarafino & Smith (2010),

dalam Rahmadi (2023), bahwa dukungan sosial terdiri dari empat komponen utama, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan (*esteem support*), dukungan instrumental atau tangible support, serta dukungan informasional. Keempat aspek ini berfungsi membantu individu merasa diperhatikan, dihargai, serta memperoleh bantuan nyata maupun informasi yang dapat meningkatkan kapasitas mereka dalam menghadapi stres. Dalam konteks komunitas daring, bentuk dukungan tersebut diwujudkan melalui interaksi virtual seperti pemberian saran, informasi, empati, dan validasi emosional yang dapat memperkuat persepsi kemampuan diri dalam mengatasi masalah. Sementara itu, teori koping dari Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa individu akan lebih cenderung menerapkan *problem-focused coping* ketika mereka merasa memiliki sumber daya yang cukup untuk menghadapi situasi. Oleh karena itu, dukungan sosial daring diperkirakan dapat berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang mendorong individu untuk menangani kegagalan seleksi yang lebih rasional dan terarah. Dengan demikian, penelitian ini penting untuk menguji bagaimana dukungan sosial komunitas daring dapat meningkatkan kecenderungan individu menggunakan strategi koping berfokus masalah pada calon siswa yang gagal seleksi TNI AD.

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa dukungan sosial dari komunitas daring berperan penting dalam membantu individu mengelola tekanan psikologis dan memilih strategi koping yang lebih adaptif, khususnya setelah mengalami kegagalan seleksi. Namun, penelitian sebelumnya belum secara khusus mengkaji bagaimana dukungan sosial yang berasal dari komunitas daring berpengaruh langsung dengan penggunaan strategi koping berfokus masalah pada calon siswa yang gagal seleksi TNI AD. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial yang bersumber dari komunitas daring terhadap strategi koping berfokus masalah pada calon siswa yang tidak lolos seleksi TNI AD.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap strategi koping berfokus masalah pada siswa yang gagal seleksi TNI AD.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap strategi koping berfokus masalah pada siswa yang gagal seleksi TNI AD.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, terutama dalam bidang psikologi sosial, psikologi klinis, dan psikologi pendidikan. Penelitian ini membantu memperkaya pemahaman mengenai bagaimana dukungan sosial dari komunitas daring dapat berperan sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu menghadapi tekanan akibat kegagalan seleksi yang bersifat kompetitif. Temuan penelitian ini juga dapat memperluas kajian mengenai proses adaptasi psikologis pada individu yang mengalami pengalaman kegagalan, termasuk bagaimana strategi koping berfokus masalah digunakan dalam konteks tekanan nyata dan berskala tinggi seperti seleksi militer. Selain itu, penelitian ini berkontribusi pada literatur mengenai fungsi komunitas daring sebagai medium dukungan sosial modern yang relevan dengan perkembangan teknologi, sehingga memberikan gambaran baru mengenai bagaimana interaksi virtual dapat memengaruhi proses pemecahan masalah dan pengelolaan stres pada individu.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan kontribusi praktis bagi beberapa pihak, yaitu:

a. Bagi lembaga pelatihan atau penyelenggara seleksi TNI AD

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi lembaga pelatihan atau penyelenggara seleksi TNI AD untuk memahami faktor-faktor psikologis yang memengaruhi calon peserta seleksi, khususnya setelah mengalami kegagalan. Saat ini, lembaga sebenarnya telah memberikan kesempatan bagi calon peserta untuk memperoleh pendampingan atau konseling psikologis, namun pelaksanaannya belum berjalan secara maksimal karena jumlah calon siswa yang sangat besar dibandingkan dengan ketersediaan tenaga pendamping. Kondisi tersebut menyebabkan tidak seluruh calon peserta yang dinyatakan gugur dapat memperoleh

layanan pendampingan secara optimal, sehingga sebagian harus menghadapi kekecewaan, tekanan mental, dan penurunan motivasi secara mandiri. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi institusi/lembaga dalam merancang program pendampingan mental, dukungan emosional, serta layanan konseling yang lebih terstruktur dan tepat sasaran guna menjaga kesiapan psikologis calon peserta di masa mendatang.

b. Bagi praktisi psikologi, konselor, dan lembaga layanan kesehatan mental

Temuan penelitian dapat digunakan sebagai rujukan dalam menyusun intervensi berbasis komunitas daring untuk membantu individu mengembangkan strategi koping berfokus masalah, meningkatkan resiliensi, serta mengurangi dampak psikologis dari kegagalan seleksi yang dapat menimbulkan stres berat.

c. Bagi calon siswa yang gagal seleksi TNI AD atau masyarakat luas yang mengalami pengalaman kegagalan serupa

Penelitian ini memberikan pemahaman bahwa dukungan sosial, termasuk dari komunitas daring, dapat menjadi sumber kekuatan psikologis. Selain itu, penelitian ini memberi wawasan bahwa penggunaan strategi koping yang adaptif dapat membantu individu bangkit dari kegagalan dan mempersiapkan diri lebih baik untuk kesempatan berikutnya.

d. Bagi keluarga calon siswa yang gagal seleksi TNI AD

Penelitian ini memberikan pengetahuan bagi keluarga tentang pentingnya dukungan sosial dalam proses pemulihan psikologis setelah kegagalan. Keluarga dapat memahami cara memberikan dukungan emosional, memfasilitasi komunikasi yang sehat, dan membantu individu menggunakan strategi koping berfokus masalah secara efektif sehingga tidak terjebak dalam stres atau putus asa.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Studi ini dapat berfungsi sebagai dasar empiris untuk mengembangkan studi tentang dukungan sosial virtual, mekanisme koping, serta tekanan psikologis akibat kegagalan seleksi kompetitif. Peneliti dapat memperluas konteks, metodologi, maupun variabel yang diteliti untuk memperkaya pemahaman ilmiah di bidang ini.