



Coping Mechanism Taruna Sekolah Kedinasan dalam Menghadapi Tuntutan Akademik dan Disiplin Semi-Militer: Studi Kualitatif

**Ananta Nafis^{1*}, Achmad Robbi², Brema Simada³, Bahrul Ulum⁴,
Angelica Agitha Surbakti⁵, Rayyan Ramadhan⁶**

Politeknik Pengayoman Indonesia, Jalan Satria-Sudirman, Tanah Tinggi,
Tangerang, Banten, Indonesia 15119.

Email Korespondensi: anantanafis57@email.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis coping mechanism yang digunakan oleh taruna sekolah kedinasan dalam menghadapi tuntutan akademik dan kedisiplinan semi-militer. Pola pendidikan di sekolah kedinasan menuntut kesiapan fisik, mental, dan emosional yang tinggi sehingga berpotensi menimbulkan stres jika tidak dikelola secara adaptif. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam terhadap sepuluh taruna Politeknik Pengayoman Indonesia. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik melalui tiga tahap *coding* (*open*, *axial*, dan *selective*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa taruna mengembangkan strategi coping yang bersifat adaptif dan dinamis dengan menggabungkan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Tekanan akademik, fisik, sosial, dan tanggung jawab jabatan menjadi sumber stres utama yang dihadapi. Taruna cenderung melakukan reappraisal positif terhadap tekanan yang dialami, memandangnya sebagai tantangan untuk memperkuat karakter dan profesionalisme. Faktor-faktor seperti tanggung jawab, optimisme, dan kecerdasan emosional menjadi komponen penting yang memperkuat efektivitas coping. Temuan ini memperkuat teori Transactional Model of Stress and Coping (Lazarus & Folkman, 1984) serta teori adaptive coping (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), dan menegaskan bahwa coping dalam konteks pendidikan semi-militer tidak hanya berfungsi sebagai respon terhadap stres, tetapi juga sebagai mekanisme pembentukan karakter dan ketahanan mental taruna.

Kata kunci: Kedisiplinan Semi-Militer; Kecerdasan Emosional; *Coping Mechanism*; Stres Akademik; Taruna.

Coping Mechanisms of Cadets in Government Training Institutions in Facing Academic Demands and Semi-Military Discipline: a Qualitative Study

Abstract

This study aims to analyze the coping mechanisms used by cadets at civil service academies in facing academic demands and semi-military discipline. The educational model at civil service academies requires high physical, mental, and emotional readiness, which can potentially cause stress if not managed adaptively. This study uses a descriptive qualitative approach with data collection techniques through in-depth interviews with ten cadets from the Indonesian Civil Service Polytechnic. Data analysis was conducted using thematic analysis techniques through three stages of coding (open, axial, and selective). The results of the study show that cadets develop adaptive and dynamic coping strategies by combining problem-focused coping and emotion-focused coping. Academic, physical, social, and job responsibilities are the main sources of stress they face. Cadets tend to reappraise the pressures they experience positively, viewing them as challenges to overcome. The results of the study show that cadets develop adaptive and dynamic coping strategies by combining problem-focused coping and emotion-focused coping. Academic, physical, social, and job responsibilities are the main sources of stress they face. Cadets tend to reappraise the pressures they experience positively, viewing them as challenges to strengthen their character and professionalism. Factors such as responsibility, optimism, and emotional intelligence are important components that strengthen the effectiveness of coping. These findings reinforce the Transactional Model of Stress and Coping (Lazarus & Folkman, 1984) and adaptive coping theory (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), and confirm that coping in a semi-military educational context not only functions as a response to stress, but also as a mechanism for character building and mental resilience among cadets.

Keywords: Semi-Military Discipline; Emotional Intelligence; *Coping Mechanism*; Academic Stress; Cadet.

How to Cite: Nafis, A., Robbi, A., Simada, B., Ulum, B., Surbakti, A. A., & Ramadhan, R. (2025). *Coping Mechanism Taruna Sekolah Kedinasan dalam Menghadapi Tuntutan Akademik dan Disiplin Semi-Militer: Studi Kualitatif*. *Empiricism Journal*, 6(4), 2150-2159. <https://doi.org/10.36312/jhzzvd32>



<https://doi.org/10.36312/jhzzvd32>

Copyright© 2025, Nafis et al.

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



PENDAHULUAN

Sekolah kedinasan merupakan institusi pendidikan tinggi yang dirancang untuk membentuk kader profesional melalui kombinasi tuntutan akademik yang ketat dan pembinaan semi-militer. Taruna dituntut memiliki kesiapan fisik, regulasi emosi, dan ketahanan mental untuk menghadapi jadwal belajar padat, latihan fisik intensif, serta dinamika hierarki senioritas (Firdaus, 2021). Tekanan tersebut berpotensi menimbulkan stres, burnout, hingga gangguan kesehatan mental jika tidak dikelola dengan baik (Organization, 2022).

Coping mechanism atau mekanisme penanggulangan stres menjadi komponen penting dalam memahami bagaimana individu merespons tekanan. Lazarus dan Folkman (1984) mengategorikan coping menjadi problem-focused coping dan emotion-focused coping, sedangkan literatur psikologi internasional seperti COPE Inventory (Carver et al., 1989) serta pedoman APA (2023) memperluas indikator coping menjadi: coping perilaku (behavioral), kognitif, sosial, spiritual, serta avoidance coping. Variasi indikator ini penting untuk melihat sejauh mana strategi taruna bersifat adaptif atau maladaptif ketika menghadapi tekanan multidimensional di lingkungan semi-militer.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji stres dan coping pada taruna, namun masih terdapat kelemahan secara metodologis maupun teoretis. Annisa (2012), melalui pendekatan fenomenologi di Akademi Angkatan Udara, menunjukkan bahwa coping taruna banyak dipengaruhi pengalaman pribadi, namun belum menelaah pengaruh struktur komando. Amiruddin (2019), menggunakan pendekatan kuantitatif pada kadet TNI-AL, menemukan hubungan antara hardiness dan coping, tetapi tidak menjelaskan dinamika coping sehari-hari atau perbedaan strategi adaptif dan maladaptif. Penelitian Yasmine dan Kurniawan (2021) menyoroti *anger issues* dan risiko PTSD pada taruna setelah pendidikan komando, namun fokus utamanya pada resiliensi, bukan proses coping dalam konteks akademik dan fisik secara simultan. Sementara itu, Simanjuntak dan Novalina (2022) mengungkap kecemasan akademik pada taruna Politeknik Penerbangan, tetapi belum mengaitkannya dengan indikator coping berbasis teori internasional.

Sintesis kritis dari temuan-temuan tersebut menunjukkan adanya GAP penelitian. Pertama, sebagian besar penelitian lebih bersifat deskriptif dan belum menggali pengalaman subjektif taruna secara mendalam. Kedua, indikator coping yang digunakan masih terbatas, dan belum mengacu pada kerangka internasional seperti COPE Inventory (Carver et al., 1989) atau klasifikasi regulasi stres APA (2023). Ketiga, belum ada penelitian yang mengkaji coping taruna dalam konteks tekanan kombinatorik: beban akademik, pelatihan fisik intensif, kehidupan asrama, serta struktur semi-militer secara bersamaan.

Selain itu, dinamika kehidupan di sekolah kedinasan tidak hanya berkaitan dengan tekanan akademik dan fisik, tetapi juga menyangkut penyesuaian sosial dalam struktur asrama yang ketat. Relasi senior-junior, budaya disiplin tinggi, serta tuntutan untuk menunjukkan performa optimal setiap waktu turut menjadi faktor yang memengaruhi kondisi psikologis taruna. Penelitian Shinta dan Kusmiyanti (2021) menunjukkan bahwa tekanan struktural tersebut seringkali memicu stres interpersonal, terutama bagi taruna tingkat awal yang masih beradaptasi dengan kultur institusi semi-militer. Kondisi ini menegaskan bahwa coping tidak hanya dipicu oleh tuntutan personal, tetapi juga oleh dinamika sosial dan institusional yang kompleks.

Selain tekanan sosial, aspek regulasi diri juga menjadi tantangan bagi taruna. Simanjuntak dan Novalina (2022) menemukan bahwa kecemasan akademik pada taruna cenderung meningkat ketika jadwal latihan fisik yang padat tidak diimbangi dengan manajemen waktu belajar yang baik. Hal ini menunjukkan pentingnya keterampilan self-regulation sebagai bagian dari strategi coping kognitif dan perilaku. Dalam konteks ini, pendekatan coping yang lebih komprehensif seperti COPE Inventory dan pedoman APA (2023) menjadi relevan untuk mengidentifikasi berbagai respons taruna, mulai dari usaha aktif memecahkan masalah hingga strategi penghindaran yang berpotensi maladaptif. Dengan demikian, pemahaman mendalam mengenai coping taruna menjadi penting untuk melihat sejauh mana strategi tersebut mampu meningkatkan performa maupun mencegah risiko psikologis selama proses pendidikan.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini berfokus untuk mengidentifikasi dan menganalisis mekanisme coping taruna sekolah kedinasan dengan mengacu pada indikator

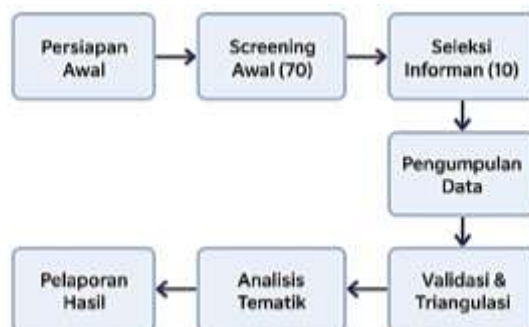
yang lebih komprehensif, yaitu problem-focused coping, emotion-focused coping, coping perilaku, coping kognitif, coping sosial, coping spiritual, serta avoidance coping. Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih karena mampu menggali pengalaman subjektif taruna secara mendalam, sehingga dapat memetakan strategi coping adaptif maupun maladaptif yang berkembang selama proses pendidikan.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana taruna mengelola tekanan akademik, aktivitas fisik yang intens, serta tuntutan psikologis dari sistem disiplin semi-militer. Selain itu, penelitian ini juga menganalisis sejauh mana strategi coping tersebut berkontribusi terhadap kesejahteraan fisik, mental, dan emosional taruna, baik dalam jangka pendek selama pendidikan maupun jangka panjang terkait pembentukan karakter, resiliensi psikologis, dan kesiapan profesional sebagai calon aparatur negara. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis pada kajian stres-coping di lingkungan semi-militer serta kontribusi praktis bagi pengembangan program pembinaan taruna yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikologis mereka.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif taruna dalam menghadapi tekanan akademik, fisik, dan psikologis pada lingkungan sekolah kedinasan semi-militer. Pendekatan ini dipilih karena mampu menangkap makna, persepsi, serta proses internal taruna ketika mengembangkan mekanisme coping. Pada tahap awal, penelitian menjangkau 70 taruna tingkat I POLTEKPIN Jurusan Ilmu Pemasaryakatan melalui kuesioner pemetaan awal stres dan coping. Dari jumlah tersebut, dipilih 10 taruna sebagai informan utama menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tingkat stres yang bervariasi, keterlibatan aktif dalam kegiatan akademik dan fisik, serta kesediaan mengikuti penelitian melalui penandatanganan informed consent. Informan berusia 18–20 tahun, terdiri dari laki-laki dan perempuan, berasal dari latar belakang pendidikan SMA/MA/SMK, serta berada pada semester pertama masa pendidikan kedinasan.

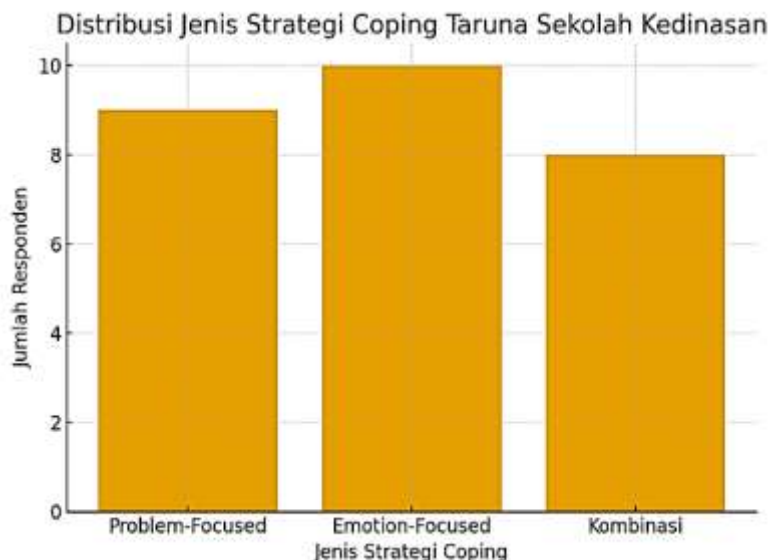
Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, Focus Group Discussion (FGD), dan observasi non-partisipan terhadap rutinitas keseharian taruna, termasuk jadwal akademik, pelatihan fisik, serta dinamika kehidupan asrama. Prosedur penelitian dilaksanakan melalui enam tahap, yaitu: persiapan instrumen penelitian, screening awal melalui kuesioner, seleksi informan, pelaksanaan wawancara dan FGD, analisis data, serta validasi data. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik melalui proses coding, kategorisasi, dan penemuan pola untuk menghasilkan tema utama mengenai sumber stres, strategi coping, dan faktor yang memengaruhinya. Keabsahan data dijaga dengan melakukan triangulasi sumber dan metode, member checking, serta dokumentasi proses secara sistematis. Penelitian ini mematuhi prinsip etika penelitian dengan memastikan kerahasiaan identitas, memperoleh izin institusi, memberikan penjelasan penelitian kepada seluruh partisipan, serta memastikan bahwa data digunakan hanya untuk tujuan ilmiah. Melalui metode ini, penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman komprehensif mengenai dinamika coping taruna serta rekomendasi bagi lembaga pendidikan dalam mengembangkan strategi pembinaan yang lebih adaptif terhadap kebutuhan psikologis taruna. Untuk memperjelas alur pelaksanaan penelitian serta memastikan setiap tahapan berlangsung secara sistematis, berikut disajikan bagan prosedur penelitian:



Gambar 1. Alur Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dilakukan berdasarkan *Coping Mechanism* yang digunakan taruna sekolah kedinasan dalam menghadapi tuntutan akademik dan disiplin semi-militer pada lingkungan pendidikan.



Gambar 2. Distribusi Jenis Strategi Coping Taruna Sekolah Kedinasan

Gambar 2 menunjukkan distribusi jenis strategi coping yang digunakan oleh taruna dalam menghadapi tekanan akademik dan kedinasan. Hasilnya memperlihatkan bahwa hampir seluruh responden (90%) menggunakan *problem-focused coping*, sementara seluruh responden (100%) menerapkan *emotion-focused coping*. Sebagian besar di antaranya (80%) juga menunjukkan kombinasi keduanya secara fleksibel tergantung situasi yang dihadapi.

Strategi *problem-focused coping* tampak melalui tindakan konkret seperti penyusunan jadwal kegiatan, pembagian waktu belajar, dan perencanaan ulang strategi kerja. Responden 2 menjelaskan “Saya menyusun ulang strategi kerja tim dan melakukan komunikasi terbuka agar masalah tidak berlarut.” Sementara itu, *emotion-focused coping* lebih banyak digunakan ketika responden menghadapi tekanan emosional yang bersumber dari kedisiplinan dan beban fisik. Sebagian besar taruna berusaha menenangkan diri sebelum mengambil keputusan. Seperti diungkapkan oleh Responden 8 “Saya berusaha mengatur emosi dengan cara mengambil jeda sejenak, lalu memikirkan solusi secara rasional.”

Temuan ini memperlihatkan bahwa para taruna tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah secara rasional, tetapi juga aktif mengelola aspek emosional agar tetap stabil. Kedua pendekatan tersebut berjalan saling melengkapi: *problem-focused coping* digunakan untuk mengatasi tuntutan eksternal seperti tugas dan tanggung jawab akademik, sementara *emotion-focused coping* digunakan untuk menjaga keseimbangan internal agar responden tetap tenang, fokus, dan adaptif.

Secara keseluruhan, distribusi pada Gambar 2 memperkuat kesimpulan bahwa coping taruna sekolah kedinasan bersifat adaptif dan integratif. Para taruna menggabungkan pengelolaan emosi dengan tindakan solutif, menunjukkan kemampuan regulasi diri yang kuat di tengah sistem kedisiplinan semi-militer yang menuntut stabilitas tinggi.

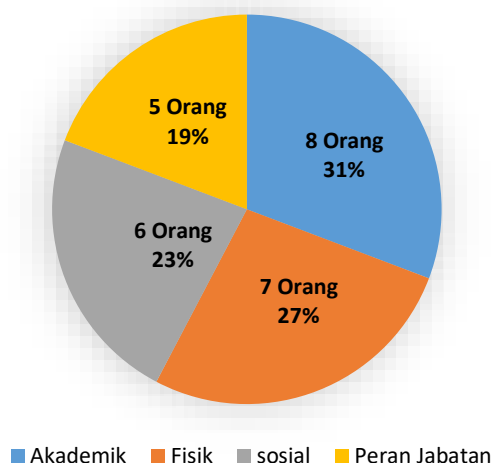
Keseimbangan antara pengendalian diri dan tindakan nyata tercermin dari pernyataan beberapa responden. Responden 1 menuturkan “Awalnya saya merasa tuntutan itu melebihi kemampuan saya, tapi saya menilai situasi itu sebagai tantangan yang harus saya hadapi.” Sementara Responden 9 menggambarkan penerapan regulasi emosi yang matang: “Ketika terjadi konflik, saya memilih mengambil jeda sejenak agar emosi mereda, lalu berdiskusi secara langsung untuk mencari solusi.”

Kutipan di atas menegaskan bahwa strategi coping yang dilakukan para taruna tidak bersifat pasif, melainkan aktif dan dinamis. Mereka mampu mengubah tekanan menjadi suatu sarana pembentukan karakter, hal tersebut sejalan dengan prinsip *adaptive coping*

yang menganggap stres sebagai bagian dari proses pembelajaran diri (Folkman & Moskowitz, 2004).

Hasil penelitian dilakukan berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres taruna sekolah kedinasan dalam menghadapi tuntutan akademik dan disiplin semi-militer pada lingkungan pendidikan.

Sumber Tekanan Taruna



Gambar 3. Sumber Tekanan Taruna

Gambar 3 menunjukkan berbagai sumber tekanan yang dialami taruna selama menjalani pendidikan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa tekanan akademik merupakan faktor yang paling dominan dialami oleh responden (8 dari 10 taruna), diikuti oleh tekanan fisik (7 responden), tekanan sosial (6 responden), dan tekanan peran jabatan (5 responden).

Tekanan akademik muncul akibat padatnya jadwal kuliah, tugas, serta tuntutan nilai yang tinggi. Responden 1 mengatakan “Awalnya saya merasa tuntutan itu melebihi kemampuan saya karena tugas datang secara bersamaan dengan latihan dan tanggung jawab di peleton.” Sementara tekanan fisik banyak dialami akibat sistem semi-militer yang menuntut kebugaran dan kedisiplinan yang tinggi. Responden 4 menyampaikan “Latihan fisik setiap hari ditambah jadwal belajar malam membuat tubuh cepat lelah, tapi tidak bisa menolak karena sudah jadi bagian dari sistem.”

Tekanan sosial muncul dari hubungan hierarkis dan interaksi antara taruna dengan senior, pembina, maupun pejabat. Beberapa responden mengaku sulit menyeimbangkan komunikasi antara senioritas dan solidaritas. Responden 6 menjelaskan “Kadang sulit menahan emosi saat ditegur senior, tapi saya belajar untuk tidak membalas dan memahami maksudnya.” Adapun tekanan peran jabatan berkaitan dengan tanggung jawab sosial dan struktural yang diemban dalam organisasi atau kelompok. Taruna yang dipercaya memimpin peleton merasakan beban psikologis tersendiri karena harus tampil tegas dan profesional. Responden 9 mengungkapkan “Saya merasa tertekan karena posisi saya sebagai danton menuntut saya untuk selalu kuat dan jadi contoh, padahal kadang saya sendiri juga lagi stres.”

Secara umum, keempat sumber tekanan tersebut saling berhubungan dan sering terjadi bersamaan. Tekanan akademik dan fisik menciptakan kelelahan, sementara tekanan sosial dan peran jabatan menimbulkan beban psikologis. Namun, mayoritas responden mampu menanggapi keempat tekanan ini secara adaptif melalui strategi coping yang fleksibel dan didukung kecerdasan emosional setiap individu. Temuan ini memperkuat pandangan Folkman dan Lazarus (1984) bahwa stres dalam konteks pendidikan kedinasan tidak semata-mata bersifat negatif, melainkan dapat menjadi stimulus bagi individu untuk mengembangkan strategi pengelolaan diri yang lebih efektif.

Hasil penelitian dilakukan untuk menjabarkan tema utama dan subtema penelitian berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap taruna sekolah kedinasan dalam menghadapi tuntutan akademik dan disiplin semi-militer pada lingkungan pendidikan.

Tabel 1. Matriks Tematik Coping Taruna Sekolah Kedinasan

Tema Utama (Open Coding)	Subtema / Kategori (Axial Coding)	Deskripsi Singkat (Selective Coding)	Kutipan Responden
1. Strategi Coping	- <i>Problem-focused coping</i> - <i>Emotion-focused coping</i> - Kombinasi adaptif	Taruna menggunakan strategi campuran untuk menghadapi tekanan, tindakan konkret untuk memecahkan masalah sekaligus pengendalian emosi agar tetap stabil.	"Saya menyusun ulang strategi kerja tim dan melakukan komunikasi terbuka." (R2) "Saya berusaha mengatur emosi dengan cara mengambil jeda sejenak." (R8)
2. Proses <i>Appraisal</i> terhadap Stres	- Penilaian awal sebagai ancaman (<i>primary appraisal</i>) - Penilaian ulang positif (<i>secondary appraisal</i>)	Sebagian besar taruna awalnya menilai stres sebagai ancaman, kemudian mengubah persepsi menjadi tantangan yang dapat memperkuat kemampuan diri.	"Awalnya saya merasa tuntutan itu melebihi kemampuan saya, tapi saya menilai situasi itu sebagai tantangan yang harus saya hadapi." (R1)
3. Faktor Internal pendukung Coping	- Optimisme - Tanggung jawab - Perfeksionisme adaptif	Nilai pribadi dan kepribadian positif seperti tanggung jawab dan optimisme memperkuat daya tahan terhadap tekanan akademik dan disiplin semi militer.	"Nilai tanggung jawab dan ketekunan sangat saya pegang selama pendidikan taruna." (R7)
4. Kecerdasan Emosional	- Regulasi diri - Empati - Kesadaran emosional	Kemampuan mengenali dan mengatur emosi menjadi aspek utama dalam menjaga hubungan sosial dan adaptasi terhadap tekanan lingkungan semi-militer.	"Ketika terjadi konflik, saya memilih mengambil jeda sejenak agar emosi mereda, lalu berdiskusi secara langsung." (R9)
5. Faktor Penyebab Stres	- Akademik - Fisik - Sosial - Peran Jabatan	Tekanan akademik dan fisik menjadi sumber stres utama, diikuti tekanan sosial dan tanggung jawab peran jabatan yang menuntut kontrol emosi dan disiplin tinggi.	"Latihan fisik setiap hari ditambah tugas kuliah membuat tubuh cepat lelah, tapi tidak bisa menolak karena sudah jadi bagian dari sistem." (R4)

Tabel 1 menggambarkan hasil analisis tematik dari wawancara terhadap sepuluh responden yang menunjukkan dinamika coping mechanism taruna dalam menghadapi tekanan akademik dan disiplin semi-militer. Analisis melalui tahapan open coding, axial coding, dan selective coding menghasilkan lima tema utama, yakni strategi coping, proses appraisal terhadap stres, faktor internal pendukung, kecerdasan emosional, serta faktor penyebab stres. Tema pertama memperlihatkan bahwa para taruna menggunakan kombinasi problem-focused coping dan emotion-focused coping. Temuan ini sejalan dengan konsep coping yang dikemukakan Carver, Scheier, & Weintraub (1989) yang menjelaskan bahwa individu cenderung memadukan upaya pemecahan masalah dan regulasi emosi dalam menghadapi tekanan, terutama pada lingkungan yang menuntut adaptasi cepat.

Tema kedua, proses *appraisal* terhadap stres yang memperlihatkan bagaimana para taruna menilai ulang situasi yang menekan secara konstruktif. Sebagian besar awalnya memandang stres sebagai ancaman, namun kemudian mengubah persepsi menjadi tantangan yang mendorong perkembangan diri. Responden 1 menggambarkan hal ini

dengan jelas “Awalnya saya merasa tuntutan itu melebihi kemampuan saya, tapi saya menilai situasi itu sebagai tantangan yang harus saya hadapi.” Perubahan perspektif ini menggambarkan proses *reappraisal positif* pada teori mekanisme coping dinamis (Lazarus dan Folkman, 1984).

Tema ketiga menyoroti faktor internal pendukung coping, seperti tanggung jawab, optimisme, dan perfeksionisme adaptif. Nilai-nilai tersebut memperkuat motivasi serta ketahanan diri taruna dalam menghadapi stres. Seperti disampaikan Responden 7 “Nilai tanggung jawab dan ketekunan sangat saya pegang selama pendidikan taruna.” Faktor ini berperan penting dalam menstabilkan kondisi psikologis dan menumbuhkan kepercayaan diri. Faktor-faktor ini juga sering dikaitkan dengan peningkatan daya lenting individu pada pendidikan vokasi atau militer, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Chia Chen (2019) .

Tema keempat, kecerdasan emosional muncul sebagai aspek kunci dalam proses adaptasi sosial. Kemampuan mengenali, memahami, dan mengatur emosi sendiri maupun orang lain terbukti memengaruhi efektivitas dari implementasi coping. Responden 9 mengatakan “Ketika terjadi konflik, saya memilih mengambil jeda sejenak agar emosi mereda, lalu berdiskusi secara langsung.” Pernyataan ini mencerminkan kemampuan kontrol diri dan empati yang tinggi, yang penting untuk menjaga harmoni sosial di lingkungan kedinasan yang hierarkis.

Tema terakhir, faktor penyebab stres, pada tema ini, dijelaskan sumber stres utama yang dihadapi taruna, yakni tekanan akademik, fisik, sosial, dan peran jabatan. Tekanan akademik dan fisik menimbulkan kelelahan fisik, sedangkan tekanan sosial dan peran jabatan menimbulkan beban emosional dan psikologis karena tuntutan untuk selalu tampil profesional. Seperti yang diungkapkan Responden 4 “Latihan fisik setiap hari ditambah tugas kuliah membuat tubuh cepat lelah, tapi tidak bisa menolak karena sudah jadi bagian dari sistem.”

Secara keseluruhan, keterkaitan kelima tema menggambarkan bahwa coping mechanism taruna bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh strategi kognitif, regulasi emosional, faktor kepribadian, serta dukungan lingkungan. Meskipun konteks penelitian terdahulu tidak selalu identik dengan sekolah kedinasan, temuan Anda memiliki korespondensi teoretis dengan literatur mengenai coping dalam lingkungan bertekanan tinggi, sehingga memperkaya pemahaman mengenai adaptasi taruna dalam sistem pendidikan semi-militer.

Hasil penelitian ini memperkuat *Transactional Model of Stress and Coping* dari Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa stres merupakan proses interaksi dinamis antara individu dan lingkungannya. Para taruna menunjukkan kemampuan melakukan *primary appraisal* dan *secondary appraisal*, di mana tekanan awal yang dianggap sebagai ancaman kemudian diinterpretasi sebagai tantangan melalui refleksi diri, kontrol emosi, dan penyesuaian perilaku. Mekanisme ini tampak pada pernyataan Responden 1 yang memandang stres sebagai bagian dari proses pembentukan karakter dan adaptasi terhadap lingkungan pendidikan semi-militer.

Selain itu, temuan penelitian juga konsisten dengan Carver, Scheier, & Weintraub (1989), yang menjelaskan bahwa strategi coping efektif biasanya merupakan kombinasi antara *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dalam penelitian ini, taruna tidak hanya menggunakan strategi pemecahan masalah secara langsung, tetapi juga mengelola emosi terlebih dahulu untuk menjaga stabilitas psikologis. Hal ini terlihat, misalnya, pada Responden 9 yang memilih menenangkan diri sebelum mendiskusikan solusi atau mengambil tindakan.

Jika ditinjau antar-individu, terlihat adanya variasi strategi coping yang cukup signifikan. Beberapa taruna lebih mengandalkan *problem-focused coping* seperti menyusun jadwal belajar, mencari bantuan senior, atau meningkatkan disiplin diri. Sementara itu, taruna lainnya lebih dominan menggunakan *emotion-focused coping* seperti mencari dukungan teman satu angkatan, melakukan self-talk positif, atau melakukan aktivitas fisik untuk meredakan tekanan. Perbedaan ini dipengaruhi oleh faktor personal seperti pengalaman sebelumnya, tingkat resiliensi, kemampuan regulasi emosi, serta intensitas tekanan yang dialami masing-masing taruna. Dengan demikian, strategi coping tidak bersifat homogen, tetapi sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu dan konteks situasional.

Penelitian ini juga mendukung temuan Yasmine & Kurniawan (2021) bahwa taruna AAL mengembangkan strategi coping adaptif berbasis kedisiplinan, dukungan sosial, dan pembiasaan lingkungan. Dukungan rekan sebaya dan sistem pembinaan terbukti menjadi faktor protektif yang menguatkan resiliensi dan menurunkan risiko stres berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan studi terbaru dalam konteks pendidikan militer internasional, yang menunjukkan bahwa kultur hierarkis, kohesi kelompok, serta rutinitas pelatihan terstruktur berperan besar dalam membentuk adaptasi stres dan ketahanan mental kadet (Apriani et al., 2025; Zueger et al., 2022).

Meskipun demikian, interpretasi hasil penelitian ini tidak lepas dari potensi bias dan keterbatasan metodologis. Pertama, meskipun populasi awal berjumlah 70 taruna, hanya sebagian kecil yang diwawancarai secara mendalam, sehingga temuan mungkin belum sepenuhnya menggambarkan keseluruhan pengalaman taruna. Kedua, data diperoleh melalui wawancara sehingga rentan terhadap *social desirability bias*, terutama karena konteks pendidikan kedinasan yang menekankan disiplin dan citra diri. Ketiga, tidak semua faktor eksternal (misalnya tekanan keluarga atau dinamika personal) dapat dieksplorasi secara mendalam karena keterbatasan waktu dan akses.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menegaskan bahwa *coping mechanism* taruna bersifat multidimensi: dipengaruhi oleh strategi pribadi, dukungan sosial, kultur kedisiplinan, serta sistem hierarkis yang menjadi karakteristik pendidikan semi-militer. Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya lembaga pendidikan merancang program pembinaan mental, konseling akademik, dan manajemen stres yang terintegrasi dengan pelatihan fisik dan akademik. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis dan profesionalisme taruna dapat ditingkatkan secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis tematik terhadap sepuluh responden taruna sekolah kedinasan, disimpulkan bahwa para taruna memiliki coping mechanism yang adaptif, dinamis, dan kontekstual dalam menghadapi tekanan akademik dan kedisiplinan semi-militer. Mereka menggunakan kombinasi antara problem-focused coping dan emotion-focused coping untuk mengelola stres yang bersumber dari tekanan akademik, fisik, sosial, serta tanggung jawab jabatan. Sebagian besar taruna menilai tekanan tersebut sebagai tantangan yang mendorong pertumbuhan karakter dan profesionalisme, dengan kecerdasan emosional, nilai tanggung jawab, serta dukungan sosial sebagai faktor pendukung utama. Temuan ini memperkuat teori *Transactional Model of Stress and Coping* dan teori *Adaptive Coping*, bahwa coping merupakan proses interaktif antara individu dan lingkungannya yang berperan penting dalam pembentukan karakter, ketahanan mental, dan profesionalisme taruna di lingkungan semi-militer.

REKOMENDASI

Penelitian ini merekomendasikan agar lembaga pendidikan kedinasan memperkuat program pembinaan mental dan konseling akademik yang menyeimbangkan aspek fisik dan psikologis taruna, sekaligus mengembangkan modul pelatihan coping adaptif yang berbasis bukti ilmiah. Secara akademik, penelitian ini berkontribusi pada pengayaan kajian psikologi pendidikan militer dengan menunjukkan bahwa mekanisme coping taruna terbentuk melalui interaksi antara strategi pribadi, dukungan sosial, dan budaya kedisiplinan. Untuk penelitian lanjutan, disarankan penggunaan instrumen psikometrik yang tervalidasi serta desain komparatif atau longitudinal untuk memetakan variasi coping antar institusi kedinasan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puja dan puji Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT karena atas berkat ridho-Nya, penelitian ini dapat diselesaikan sebagaimana mestinya, ucapan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada pihak yang terlibat kedalam penelitian ini, dosen pembimbing, taruna narasumber, dan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu satu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arafat, M., & Krismono. (2022). Tinjauan Hukum Islam Terhadap Investasi Emas Online Melalui Tokopediaemas. *At-Thullab: Jurnal Mahasiswa Studi Islam*, 4(1). <https://doi.org/10.20885/tullab.vol4.iss1.art3>
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka cipta.
- Aristiwati, I. N., & Hidayatullah, S. K. (2021). Pengaruh Herding Dan Overconfidence Terhadap Keputusan Investasi (Studi Pada Nasabah Emas Kantor Pegadaian Ungaran). *Among Makarti*, 14(1). <https://doi.org/10.52353/ama.v14i1.202>
- Fathihani, F., Wuryandari, N. E. R., Purnama, Y. H., & Purwanto, S. (2023). Sosialisasi Investasi Emas Digital Bagi Generasi Millenial di Pulau Tidung. *Lentera Pengabdian*, 1(03). <https://doi.org/10.59422/lp.v1i03.113>
- Fiah, N. I., Nurhayati, I., & Aminda, R. S. (2023). Pengaruh Pendapatan Dan Gaya Hidup Terhadap Minat Investasi Emas Di Kota Bogor. *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Bisnis (JEMB)*, 2(1).
- Luthfi, A. H., Khakiki, A., Wijayanti, Y. B., Sari, C. F., & Putri, A. N. (2021). Investasi Emas Secara Kredit di Pegadaian Syariah Dalam Perspektif Hukum Islam. *Az-Zarqa': Jurnal Hukum Bisnis Islam*, 13(1). <https://doi.org/10.14421/azzarqa.v13i1.2429>
- Novyarni, N., Yuswanto, E., & Harni, R. (2022). Laba/Rugi Investasi Emas Derivatif Broker: Modal dan Biaya Transaksi. *Jurnal Akuntansi Dan Manajemen*, 19(01). <https://doi.org/10.36406/jam.v19i01.547>
- Nudia, D. (2022). Emas Sebagai Instrumen Investasi Jangka Panjang. *Shar-E : Jurnal Kajian Ekonomi Hukum Syariah*, 8(1). <https://doi.org/10.37567/shar-e.v8i1.1297>
- Pratiwi, A. I., Indriani, E., & Kartikasari, N. (2023). Analisis Pengaruh Literasi Keuangan dan Perilaku Keuangan Terhadap Minat Investasi Tabungan Emas. *JLEB: Journal of Law, Education and Business*, 1(2). <https://doi.org/10.57235/jleb.v1i2.1123>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Alfabeta.
- Winata, T. P., & Gustin, V. (2022). Tinjauan Yuridis Terhadap Praktik Investasi Emas Digital Di Indonesia. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(8).
- Afifah, A., & Ardyansyah, F. (2023). Analisis Minat Masyarakat Berinvestasi Emas Melalui Produk Pembiayaan Cicil Emas di Bank Syariah Indonesia Menggunakan Pendekatan Theory of Planned Behavior. *Al-Kharaj: Jurnal Ekonomi, Keuangan & Bisnis Syariah*, 5(6), 2879-2900.
- Agustina, R. (2020). Minat Masyarakat Pada Investasi Emas Di Pengadaian Syariah Cabang Ahmad Yani Pekanbaru Dalam Perspektif Ekonomi Syariah (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Annisa, K. (2022). Pengaruh Faktor Budaya, Sosial, Pribadi dan Psikologis Terhadap Minat Masyarakat dalam Investasi Emas (studi Kasus Nasabah PT. Pegadaian Cabang Purwokerto) (Doctoral Dissertation, UIN Prof. Kh Saifuddin Zuhri).
- Aritonang, F. A. (2023). Persepsi masyarakat terhadap produk investasi emas pada bank syariah di Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawas (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Febrian, R. A. (2021). Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Manajemen Keuangan Keluarga Selama Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Entrepreneurship, Management and Industry (JEMI)*, 4(3), 113-122.
- Iskandar, M. (2025). Analisis Pengaruh Motivasi, Fluktuasi Harga, Dan Layanan Mobile Banking Terhadap Minat Investasi Emas Pada Bank Syariah Indonesia (Studi Kasus Di Bsi Kcp Batang) (Doctoral dissertation, UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan).
- Melli, N. K., Maharani, N. M. I. D., & Dewi, N. L. E. S. (2025). Tabungan Emas Pegadaian sebagai Instrumen Investasi pada Prilaku Keuangan Mahasiswa INSTIKI. *Jurnal Inovasi Ekonomi dan Keuanga*
- Nudia, D. (2022). Emas Sebagai Instrumen Investasi Jangka Panjang. *Shar-E: Jurnal Kajian Ekonomi Hukum Syariah*, 8(1), 177-187.
- Rahma, A. P., & Canggih, C. C. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Masyarakat Terhadap Investasi Emas: Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Masyarakat Terhadap Investasi Emas. *Jurnal Ekonomika dan Bisnis Islam*, 4(2), 98-108.

- Rahma, A. P., & Canggih, C. C. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Masyarakat Terhadap Investasi Emas: Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Masyarakat Terhadap Investasi Emas. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis Islam*, 4(2), 98-108.
- Rahmiyati, N., Rachmawati, T., & Indartuti, E. (2025). Peningkatan Literasi Keuangan Dalam Pengelolaan Keuangan Keluarga Pada Ibu Ibu Rumah Tangga Kelompok Cahaya Islami Di Mojokerto. *ABDI MASSA: Jurnal Pengabdian Nasional (e-ISSN: 2797-0493)*, 5(03), 15-26.
- Ramadansyah, R. (2022). Pengaruh penggunaan pegadaian syariah digital (PSD) terhadap minat nasabah dalam menggunakan produk tabungan emas pada PT. Pegadaian Syariah Cabang Alaman Bolak Padangsidimpuan (Doctoral dissertation, IAIN Padangsidimpuan).
- Safitri, E. (2024). Peningkatan Minat Masyarakat Terhadap Pentingnya Tabungan Emas Sebagai Alat Investasi Pada Pegadaian Syariah. *Al Birru: Jurnal Keuangan dan Perbankan Syariah*, 3(1).
- Safutra, D. D. (2025). Analisis Literasi Keuangan Menggunakan Emas Sebagai Instrumen Investasi Pada Masyarakat Desa Pematang Tengah Kecamatan Tanjung Pura. *Jurnal Ekonomi dan Keuangan Syariah*, 4(1), 49-68.
- Samosir, L. C. (2023). Analisis peluang investasi emas jangka panjang melalui produk pembiayaan cicil emas pada Bank Syariah Indonesia KC Padangsidimpuan (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Setyarini, A., & Dwiantari, S. (2024). Edukasi Dalam Menciptakan Strategi Investasi Rumah Tangga Yang Sehat Bagi Ibu-Ibu Pkk Desa Bandungrejo Mranggen. *TEMATIK*, 4(2), 58-72.
- Siagian, R. R. A. A. (2025). Persepsi Masyarakat Indonesia Terhadap Kenaikan Harga Emas Sebagai Instrumen Investasi Jangka Panjang: Sebuah Tinjauan Literatur. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 3(1), 72-79.
- Simanjuntak, W. W. (2025). Perbandingan efektivitas emas dan instrumen keuangan lainnya sebagai lindung nilai inflasi (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Simanjuntak, W. W. (2025). Perbandingan efektivitas emas dan instrumen keuangan lainnya sebagai lindung nilai inflasi (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Suryana, I. I., Nuridah, S., & Kusumaningtyas, D. S. (2023). Penerapan Akuntansi Keluarga dan Pengelolaan Keuangan Dalam Rumah Tangga Pasangan Milenial. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 9480-9492.
- Tamimi, Y. A. (2025). Analisis Peran Ibu Dalam Pengambilan Keputusan Keuangan Syariah di Rumah Tangga: Sebuah Review Literature Syariah. *Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi dan Keuangan*, 6(3), 19-19.