Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Agresivitas pada Anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kab. Gorontalo

Farrel Iman Sayyifuddin J. Hako[1], Lenny Syamsuddin [2], Fendi Ntobuo,[3]
[1,2,3] Program Studi S1 Psikologi/Universitas Muhammadiyah Gorontalo
E-mail: farelhako93@gmail.com[1], lennysyamsuddin11@gmail.com,[2] fendintobuo@umgo.ac.id,[3]

Article History:
Received: (diisi oleh editor)
Revised: (diisi oleh editor)
Accepted: (diisi oleh editor)

Keywords:
Agresivitas,
Penyesuaian Diri,
TNI Kodim 1315

Abstract: *Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan agresivitas pada anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 293 anggota TNI, dengan jumlah sampel sebanyak 75 responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat untuk menguji hubungan antarvariabel menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan agresivitas pada anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo, dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05 (p < 0,05). Nilai koefisien korelasi sebesar R = 0,456 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang dan bersifat positif. Artinya, semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki anggota TNI, maka tingkat agresivitasnya cenderung lebih terkontrol atau menurun. Hasil ini menggambarkan bahwa kemampuan individu dalam menyesuaikan diri berperan penting dalam mengendalikan perilaku agresif, terutama dalam konteks kedisiplinan dan tekanan tugas militer.*

PENDAHULUAN (Times New Roman, size 12)

Kesehatan psikologis merupakan aspek penting dalam menunjang kinerja setiap individu, termasuk bagi personel TNI yang dituntut memiliki ketahanan mental tinggi dalam menghadapi berbagai situasi. Tugas dan tanggung jawab seorang anggota TNI yang melibatkan tekanan fisik, emosional, dan sosial yang tinggi, dapat menimbulkan berbagai bentuk gangguan psikologis apabila tidak diimbangi dengan kemampuan pengelolaan diri yang baik. Tekanan lingkungan kerja yang disiplin, hirarki komando yang ketat, serta tuntutan profesionalisme dapat menjadi faktor yang memicu munculnya stres kerja dan gangguan emosional dalam

jangka panjang (Pratiwi, 2019). Selain stres kerja, permasalahan psikologis lain yang sering muncul pada anggota militer adalah agresivitas dan kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. Kondisi ini biasanya dipicu oleh internalisasi nilai-nilai ketegasan dan keberanian yang tinggi selama proses pendidikan dan pembinaan militer. Apabila nilai-nilai tersebut tidak disertai kemampuan kontrol diri dan empati sosial, maka dapat berkembang menjadi bentuk perilaku agresif yang tidak adaptif, baik di lingkungan dinas maupun di masyarakat (Langkameng, Igon, & Payong, 2021).

Faktor lain yang turut berperan adalah ketidakseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan (*work-life balance*). Sebagaimana diungkapkan dalam penelitian pada lingkungan militer, personel yang menghadapi beban kerja berat serta jadwal dinas yang padat sering kali mengalami penurunan keterlibatan kerja (*work engagement*) dan penurunan kepuasan hidup. Ketidakseimbangan tersebut berpotensi menimbulkan kelelahan emosional, burnout, hingga konflik interpersonal di lingkungan kerja (Pratiwi, 2019). Masalah psikologis juga dapat muncul dalam konteks adaptasi terhadap perubahan kebijakan, situasi sosial, maupun dinamika tugas di lapangan. Personel yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut cenderung mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan, frustrasi, atau bahkan perilaku defensif. Situasi ini menuntut pentingnya penguatan aspek psikologis dan pelatihan mental secara berkelanjutan agar prajurit dapat tetap stabil secara emosional dalam menjalankan perannya (Gunarto, 2015). Berdasarkan berbagai kajian tersebut, dapat dilihat bahwa penelitian mengenai aspek psikologis pada anggota TNI masih cenderung berfokus pada aspek seleksi atau tes psikologi prajurit. Sementara itu, penelitian yang mengkaji secara mendalam mengenai hubungan antara penyesuaian diri dengan agresivitas, stres kerja, serta keseimbangan kehidupan pribadi dan dinas masih terbatas. Kesenjangan penelitian ini penting untuk ditindaklanjuti guna memahami bagaimana kondisi psikologis aktual personel TNI berpengaruh terhadap perilaku, kinerja, dan hubungan sosial mereka, baik di lingkungan kedinasan maupun masyarakat (Nasution, 2020).

Salah satu hal yang sangat dibutuhkan guna menyikapi hal itu, dibutuhkan adaptasi atau yang disebut dengan penyesuaian diri. Hal ini merupakan proses dinamis yang dilakukan individu untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan diri dengan tuntutan lingkungan. Dalam konteks mahasiswa, penyesuaian diri mencakup kemampuan menyesuaikan pikiran, emosi, dan perilaku terhadap lingkungan akademik, sosial, serta budaya baru di perguruan tinggi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik cenderung mampu menghadapi tekanan, membangun hubungan sosial positif, dan mengelola perubahan secara efektif. Penyesuaian diri bukan hanya sebatas adaptasi pasif terhadap situasi, tetapi juga melibatkan upaya aktif dalam mengembangkan potensi diri, mencapai kesejahteraan psikologis, dan mempertahankan stabilitas emosi ketika menghadapi perubahan lingkungan baru seperti kehidupan perkuliahan (Nurfitriana & Prihartanti, 2017; Hasanuddin & Khairuddin, 2021; Arum & Khoirunnisa, 2021; Irfan & Suprapti, 2014; Choirudin, 2015; Wulandari, 2016; Pritaningrum & Hendriani, 2013; Kumalasari & Ahyani, 2012). Permasalahan penyesuaian diri merupakan salah satu topik penting dalam psikologi karena berkaitan langsung dengan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan lingkungan, tuntutan sosial, dan tekanan psikologis. Dalam konteks kehidupan mahasiswa, penyesuaian diri seringkali menjadi tantangan besar terutama pada tahun pertama perkuliahan, ketika individu harus beradaptasi dengan sistem belajar baru, lingkungan sosial yang berbeda, serta tekanan akademik yang meningkat. Masalah penyesuaian diri dapat muncul dalam bentuk kecemasan, kesulitan membangun relasi sosial, penurunan motivasi belajar, hingga stres akademik (Nurfitriana & Prihartanti, 2017; Jamaluddin, 2020).

Selain pada mahasiswa, permasalahan penyesuaian diri juga ditemukan dalam berbagai fase kehidupan, seperti masa remaja atau kehidupan pernikahan. Faktor-faktor seperti

dukungan sosial, efikasi diri, komunikasi interpersonal, dan latar budaya berperan penting dalam menentukan sejauh mana individu mampu menyesuaikan diri secara sehat. Kurangnya dukungan sosial, ketidakmampuan mengelola emosi, dan rendahnya efikasi diri sering kali menjadi penyebab utama timbulnya kesulitan penyesuaian (Hasanuddin & Khairuddin, 2021; Irfan & Suprapti, 2014; Kusumaningsih, 2013). Permasalahan penyesuaian diri merupakan salah satu isu penting dalam bidang psikologi yang muncul ketika individu menghadapi lingkungan atau situasi baru yang menuntut kemampuan adaptasi baik secara sosial, emosional, maupun kognitif. Individu yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan cenderung mengalami tekanan psikologis, stres, dan gangguan emosional yang dapat memengaruhi kesejahteraan mentalnya. Oleh karena itu, penyesuaian diri dianggap sebagai indikator penting dari kesehatan psikologis seseorang (Indarwati & Fauziah, 2012). Dalam konteks kehidupan sosial dan profesional, penyesuaian diri menjadi tantangan yang muncul ketika seseorang menghadapi perubahan peran, tanggung jawab, maupun lingkungan baru. Proses ini melibatkan kemampuan mengenali diri, mengelola emosi, dan memahami dinamika sosial agar mampu berinteraksi secara efektif. Hambatan dalam proses ini dapat memicu ketegangan psikologis dan mengurangi produktivitas individu (Jamaluddin, 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa masalah penyesuaian diri sering kali dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, efikasi diri, dan kematangan emosional, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan lingkungan yang adaptif. Individu dengan dukungan sosial yang kuat cenderung lebih mudah menyesuaikan diri terhadap perubahan dan tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari (Nurfitriana & Prihartanti, 2017).

Selain itu, perbedaan budaya, nilai, dan norma sosial juga dapat menjadi sumber kesulitan dalam penyesuaian diri. Individu yang berpindah lingkungan sosial atau budaya sering mengalami guncangan psikologis karena harus menyesuaikan diri dengan pola interaksi yang baru dan berbeda dari kebiasaan sebelumnya. Proses adaptasi ini memerlukan kemampuan untuk mengelola stres dan fleksibilitas dalam menerima perbedaan (Wijanarko & Syafiq, 2013). Secara umum, hasil-hasil penelitian memperlihatkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang dinamis dan berlangsung sepanjang kehidupan individu. Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dapat menimbulkan berbagai masalah psikologis seperti kecemasan, frustrasi, hingga penurunan kesejahteraan mental. Oleh karena itu, pengembangan strategi coping, peningkatan dukungan sosial, dan kesadaran diri menjadi faktor penting untuk mencapai keseimbangan psikologis dalam menghadapi perubahan dan tekanan kehidupan (Choirudin, 2015). Permasalahan penyesuaian diri tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap lingkungan sosial, tetapi juga berhubungan erat dengan munculnya perilaku agresif ketika proses adaptasi tidak berjalan secara optimal. Individu yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri cenderung menunjukkan respons emosional negatif yang diwujudkan dalam bentuk agresivitas, baik verbal maupun fisik, sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap tekanan sosial dan psikologis (Pratiwi, Hastuti, & Muflikhati, 2018).

Agresivitas dalam konteks psikologis sering kali muncul akibat ketegangan batin, frustrasi, dan kegagalan dalam mengelola konflik internal selama proses penyesuaian diri. Ketika individu tidak mampu menyalurkan emosi secara sehat, perilaku agresif menjadi alternatif ekspresi yang muncul untuk mengurangi tekanan mental. Faktor lingkungan seperti pola asuh, iklim sosial, serta kekerasan dalam interaksi sehari-hari turut memperkuat kecenderungan agresivitas ini (Arfah, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa agresivitas dapat menjadi salah satu bentuk maladaptasi psikologis, yaitu ketidakmampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan norma dan tuntutan lingkungan. Pola asuh yang keras, komunikasi keluarga yang tidak sehat, serta pengalaman kekerasan emosional dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku agresif. Hal ini membuktikan bahwa kualitas penyesuaian diri sangat

berpengaruh terhadap keseimbangan emosional individu dalam kehidupan sosialnya (Pratiwi et al., 2018). Selain faktor lingkungan, kemampuan regulasi emosi dan kecerdasan emosional juga berperan penting dalam mencegah munculnya agresivitas. Individu yang mampu mengenali dan mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih adaptif dalam menghadapi tekanan dan lebih sedikit menunjukkan perilaku agresif. Dengan demikian, peningkatan penyesuaian diri dan pengendalian emosi dapat menjadi strategi efektif untuk menekan perilaku agresivitas (Nasution, 2013).

Secara umum, hubungan antara penyesuaian diri dan agresivitas menggambarkan dinamika psikologis yang kompleks, di mana kegagalan dalam menyesuaikan diri dapat memicu perilaku agresif, dan sebaliknya, perilaku agresif dapat menghambat proses penyesuaian diri yang sehat. Oleh karena itu, penanganan masalah agresivitas tidak hanya berfokus pada kontrol perilaku, tetapi juga pada penguatan aspek penyesuaian diri, seperti pengelolaan stres, penerimaan diri, dan keterampilan sosial (Mardani & Karyanta, 2013). Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap lingkungan dan situasi baru yang menuntut stabilitas emosional serta kontrol perilaku yang baik. Dalam konteks militer, kemampuan ini sangat penting karena lingkungan TNI memiliki struktur yang ketat, disiplin tinggi, dan tekanan psikologis yang berbeda dari kehidupan sipil. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa proses penyesuaian diri di lingkungan militer sering kali diiringi dengan munculnya perilaku agresif yang dapat mengganggu keharmonisan kerja dan efektivitas tugas (Maharani, 2023).

Penelitian mengenai hubungan antara harga diri dan perilaku agresif menunjukkan bahwa rendahnya rasa percaya diri dan penghargaan terhadap diri sendiri dapat meningkatkan kecenderungan agresivitas pada anggota TNI. Hal ini menggambarkan bahwa aspek psikologis personal berperan dalam pembentukan pola perilaku di lingkungan kerja yang penuh tekanan dan hierarki yang tegas (Febriyani, 2018). Sementara itu, penelitian lain menjelaskan bahwa pengalaman bertugas di daerah konflik memiliki dampak terhadap kemampuan kontrol diri prajurit. Tekanan dan kondisi ekstrem saat penugasan memengaruhi cara individu menyesuaikan diri setelah kembali ke lingkungan satuan, yang dapat berimplikasi pada munculnya ketegangan emosional dan perilaku agresif apabila tidak diimbangi dengan strategi adaptasi yang baik (Jayanti & Yuwono, 2022). Penelitian tentang pengaruh kecerdasan emosi dan konformitas terhadap agresivitas juga menguatkan pandangan bahwa faktor emosional dan sosial memiliki peranan besar terhadap perilaku anggota TNI. Lingkungan kerja yang menuntut kepatuhan dan solidaritas tinggi sering kali menekan ekspresi diri individu, yang jika tidak dikendalikan dengan baik dapat memunculkan bentuk agresivitas baik secara verbal maupun nonverbal (Ahda, 2023). Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa daya tahan psikologis (*hardiness*) dan dukungan sosial juga berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosi di lingkungan militer. Dukungan sosial yang kuat dapat membantu individu beradaptasi terhadap tekanan penugasan, sementara daya tahan psikologis meminimalkan risiko munculnya stres dan perilaku agresif akibat beban tugas yang berat (Wirohati & Utami, 2022).

Menyikapi hal tersebut, berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo, diketahui bahwa terdapat sebanyak 293 personel TNI yang bertugas di satuan tersebut. Peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap lima orang anggota TNI sebagai responden awal. Dari hasil wawancara diperoleh temuan bahwa dua orang anggota TNI mengaku memiliki kecenderungan mudah marah atau tersulut emosi, bahkan ketika sedang bercanda dengan rekan sejawat. Selain itu, dua orang lainnya menyatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru maupun dengan aturan baru yang berlaku di satuan tempat mereka bertugas. Sementara itu, satu orang anggota TNI berpendapat bahwa sikap agresif merupakan bagian dari karakter dasar seorang prajurit, karena telah ditanamkan sejak masa pendidikan militer sebagai bentuk kesiapsiagaan dan

ketegasan dalam menjaga keutuhan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI).

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti berasumsi bahwa tingkat agresivitas yang dimiliki oleh anggota TNI dapat berpotensi menimbulkan berbagai bentuk konflik, baik di lingkungan kedinasan maupun dalam kehidupan sosial di masyarakat setelah masa pendidikan militer. Kondisi ini berpotensi terjadi apabila anggota TNI tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal, baik dalam lingkungan kerja maupun kehidupan bermasyarakat. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan penelitian yang bertujuan mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dan agresivitas pada anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo. Hal ini menjadi menarik untuk dikaji mengingat belum banyak penelitian sebelumnya yang secara khusus menyoroti keterkaitan antara penyesuaian diri dan agresivitas di kalangan anggota militer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* dan metode deskriptif korelasional. Desain *cross-sectional* dipilih karena memungkinkan pengumpulan data pada satu waktu tertentu untuk mengetahui hubungan antara variabel tanpa melakukan intervensi, sedangkan pendekatan deskriptif korelasional digunakan untuk menggambarkan tingkat penyesuaian diri dan agresivitas serta menguji keeratan hubungan di antara keduanya. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri, yang mencakup tiga dimensi yaitu penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emosional, dan kelekatan terhadap institusi. Sementara itu, variabel dependen adalah agresivitas yang terdiri atas empat dimensi, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota TNI di Satuan KODIM 1315 Kabupaten Gorontalo yang berjumlah 293 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 75 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, agar setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner tertutup yang terdiri atas dua bagian. Kuesioner pertama mengukur penyesuaian diri berdasarkan teori Baker dan Siryk (1984) dengan total 30 item pernyataan. Kuesioner kedua mengukur agresivitas berdasarkan teori Buss dan Perry (1992) yang juga terdiri dari 30 item pernyataan. Kedua instrumen disusun menggunakan skala Likert empat poin dengan alternatif jawaban mulai dari 1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju. Uji validitas instrumen dilakukan dengan teknik korelasi *Product Moment Pearson* dan menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai r-hitung lebih besar dari r-tabel (0,361), sehingga dinyatakan valid. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dan diperoleh nilai sebesar 0,971 untuk instrumen penyesuaian diri serta 0,976 untuk instrumen agresivitas. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki reliabilitas yang sangat tinggi dan layak digunakan untuk penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan secara langsung di lingkungan kerja KODIM 1315 dengan cara menyebarkan kuesioner kepada responden. Sebelum pengisian, peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian kuesioner, serta jaminan kerahasiaan data agar responden dapat memberikan jawaban secara jujur dan objektif. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan program SPSS versi 22. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel penelitian. Sementara itu, analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antara penyesuaian diri dan agresivitas menggunakan uji korelasi Spearman Rank, mengingat data berskala ordinal dan tidak berdistribusi normal. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian yang meliputi *informed consent*, anonimitas, dan kerahasiaan data. Setiap responden terlebih dahulu diminta memberikan persetujuan tertulis setelah mendapatkan

penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dengan menggunakan kode atau inisial, dan seluruh data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Penerapan prinsip-prinsip etika penelitian ini mengacu pada pedoman yang dikemukakan oleh Nursalam (2016), Sugiyono (2019), serta Anggita dan Nauri (2018), sehingga hak-hak responden terlindungi sepenuhnya selama proses penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN (Times New Roman, size 12)

Hasil Analisis Penyesuaian diri pada Anggota TNI di Satuan KODIM 1315 Kab. Gorontalo.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi dari masing-masing variabel penelitian, yaitu penyesuaian diri dan agresivitas anggota TNI Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo.

Tabel 1.
Karakteristik Usia Responden

Usia (Tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
21	9	12.0
22	20	26.7
23	16	21.3
24	13	17.3
25	15	20.0
26	11	14.7
27	1	1.3
Total	**75**	**100**

Sumber: Hasil olahan data primer, 2024

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden dengan usia terbanyak berada pada kelompok umur 22 tahun sebanyak 20 responden (26,7%), sedangkan usia paling sedikit adalah 27 tahun yaitu 1 responden (1,3%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota TNI di Kodim 1315 Gorontalo berada pada usia muda yang masih produktif, di mana kemampuan adaptasi dan pengendalian diri cenderung baik.

Tabel 2.
Distribusi Penyesuaian Diri Anggota TNI

Kategori Penyesuaian Diri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	62	82.7
Cukup	13	17.3
Kurang	0	0.0
Total (n)	**75**	**100**

Sumber: Hasil olahan data primer, 2024

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki penyesuaian diri yang baik, yaitu sebanyak 62 orang (82,7%), sedangkan yang memiliki penyesuaian diri cukup berjumlah 13 orang (17,3%). Tidak ada responden yang memiliki penyesuaian diri kurang (0,0%).

Temuan ini menunjukkan bahwa rata-rata anggota TNI Kodim 1315 memiliki kemampuan adaptasi sosial, personal-emosional, serta kelekatan terhadap institusi yang tinggi. Nilai tertinggi ditemukan pada dimensi *kelekatan institusi*, di mana responden menunjukkan rasa

tanggung jawab terhadap aturan, mengenali lingkungan kerja, serta menjalin hubungan baik dengan atasan dan rekan kerja.

Hasil ini sejalan dengan teori Schneiders dalam Dara & Rusmawati (2022), yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Selain itu, penelitian Oktaveriyanto (2017) juga menemukan bahwa sebagian besar anggota TNI AD Kodam IX/Udayana memiliki penyesuaian diri yang baik (51,9%). Artinya, kemampuan menyesuaikan diri menjadi aspek penting dalam mendukung kinerja dan stabilitas psikologis prajurit TNI, terutama ketika menghadapi lingkungan baru atau peraturan yang ketat.

Tabel 3.
Distribusi Agresivitas Anggota TNI

Kategori Agresivitas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Agresif	60	80.0
Cukup Agresif	15	20.0
Sangat Agresif	0	0.0
Total (n)	**75**	**100**

Sumber: Hasil olahan data primer, 2024

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori tidak agresif, yaitu 60 orang (80%), sedangkan 15 orang (20%) termasuk kategori cukup agresif. Tidak ada responden yang menunjukkan perilaku sangat agresif.

Dimensi paling dominan dalam agresivitas adalah *sikap permusuhan*, di mana sebagian besar responden mampu mengendalikan perasaan negatif terhadap orang lain dan menerima situasi yang tidak menyenangkan dengan lapang dada. Hasil ini menunjukkan bahwa anggota TNI Kodim 1315 memiliki kontrol diri yang baik dalam menghadapi situasi menegangkan, sesuai dengan teori Krahe dalam Sentana (2017) bahwa agresivitas individu dipengaruhi oleh faktor kepribadian seperti kontrol diri, emosi, dan harga diri. Penelitian ini juga mendukung hasil studi Hastuti (2018) dan Sentana (2017) yang menemukan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan agresivitas, artinya semakin baik kemampuan seseorang mengendalikan diri maka semakin rendah tingkat agresivitasnya.

2. **Analisis Bivariat**

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan agresivitas pada anggota TNI Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi Spearman Rank, karena data berskala ordinal dan tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.4.
Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Penyesuaian Diri dan Agresivitas

		Penyesuaian Diri	Agresivitas
Penyesuaian Coefficient Diri	Correlation	1,000	.456**
	Sig. (2-tailed)		,000
N		75	75
Agresivitas	Correlation Coefficient	. 456**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,000	
N		75	75

Sumber: Hasil olahan data (2024)

……
……..

Berdasarkan tabel output, diketaui nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, karena nilai Sig. (2-tailed) < dari 0.05 maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara Variable X dengan Variabel Y. Dari output spss, diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0.456 artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungan adalah hubungan positif dan signifikan. Berdasarkan hasil analisis univariat, diperoleh gambaran bahwa mayoritas responden yang terlibat dalam penelitian ini berada pada rentang usia produktif. Dari total 75 responden, sebanyak 20 responden atau 26,7% berusia 22 tahun, sementara jumlah terendah adalah responden berusia 27 tahun sebanyak 1 orang atau 1,3%. Sementara itu, usia lainnya tersebar pada 21 tahun sebanyak 9 orang (12,0%), 23 tahun sebanyak 16 orang (21,3%), 24 tahun sebanyak 13 orang (17,3%), 25 tahun sebanyak 15 orang (20,0%), dan 26 tahun sebanyak 11 orang (14,7%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota TNI di Kodim 1315 Gorontalo berada pada usia muda yang masih dalam fase produktif, di mana kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan, peraturan, maupun tekanan kerja relatif baik. Usia muda juga berkaitan dengan fleksibilitas psikologis yang tinggi, yang dapat memengaruhi kemampuan penyesuaian diri dalam lingkungan militer yang memiliki struktur disiplin ketat dan pola interaksi yang khas.

Berdasarkan hasil pengukuran terhadap variabel penyesuaian diri, diketahui bahwa dari 75 responden, sebanyak 62 orang atau 82,7% berada dalam kategori baik, dan 13 orang atau 17,3% berada pada kategori cukup, sedangkan tidak ada responden yang menunjukkan kategori penyesuaian diri kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota TNI Kodim 1315 memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi baik dalam aspek sosial, personal-emosional, maupun kelekatan terhadap institusi. Dimensi yang paling menonjol adalah kelekatan institusi, yang mencakup kemampuan mengenali lingkungan kerja seperti fasilitas dan struktur organisasi, mematuhi aturan dan sanksi yang berlaku, serta menjalin hubungan harmonis dengan rekan dan atasan. Selain itu, anggota TNI juga menunjukkan kemampuan personal yang baik, seperti percaya diri terhadap kemampuan diri, merasa nyaman dengan kondisi fisik dan lingkungan tempat tinggal, serta mampu mengendalikan emosi dalam situasi tertentu. Dari aspek sosial, responden cenderung menghargai pendapat rekan kerja dan dapat beradaptasi dengan lingkungan baru secara cepat. Temuan ini memperlihatkan bahwa penyesuaian diri anggota TNI Kodim 1315 berada dalam kategori tinggi.

Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Agresivitas Pada Anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kab. Gorontalo.

Ulasan atas penelitian diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan agresivitas pada anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo. Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,456 menunjukkan kekuatan hubungan dalam kategori sedang dengan arah positif, yang berarti semakin baik kemampuan penyesuaian diri seorang prajurit, maka semakin rendah tingkat agresivitas yang dimilikinya. Temuan ini memperlihatkan bahwa penyesuaian diri memiliki peran penting dalam membantu prajurit mengelola emosi, menyesuaikan diri terhadap lingkungan kerja yang penuh tekanan, dan menjaga stabilitas perilaku agar tetap profesional dalam melaksanakan tugas-tugas militer. Individu yang memiliki penyesuaian diri baik cenderung mampu mengenali, mengontrol, dan menyalurkan emosi secara tepat sehingga tidak menimbulkan perilaku agresif yang merugikan diri maupun satuan (Shafira & Lestari, 2015).

Penyesuaian diri juga berkaitan erat dengan kematangan emosi, di mana individu yang matang secara emosional lebih mampu menahan dorongan agresif dan menampilkan perilaku adaptif dalam situasi menekan (Ghofiniyah & Setiowati, 2017). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa semakin baik kematangan emosi, semakin tinggi pula kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial dan profesional (Purba, 2018).

Dalam konteks militer, hal ini berarti prajurit yang memiliki keseimbangan emosi akan lebih mampu menghadapi dinamika kerja, tekanan komando, maupun konflik interpersonal tanpa menunjukkan perilaku agresif (Laia & Daeli, 2022). Penyesuaian diri yang baik tidak hanya berperan dalam kemampuan adaptasi terhadap tuntutan tugas dan aturan institusi, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme pengendalian emosi yang mencegah munculnya perilaku agresif yang berlebihan. Prajurit dengan kemampuan penyesuaian diri tinggi cenderung menunjukkan tingkat empati yang lebih baik, kestabilan emosional, dan profesionalisme dalam interaksi sosial di lingkungan militer (Adiningtiyas, 2015). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam menjaga keseimbangan emosi dan perilaku individu agar mampu berfungsi secara optimal dalam konteks sosial maupun pekerjaan yang menuntut disiplin tinggi.

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku, emosi, serta pola pikir agar sesuai dengan tuntutan lingkungan dan situasi yang dihadapi. Dalam berbagai kajian psikologi, faktor yang paling dominan dalam keberhasilan penyesuaian diri adalah kecerdasan emosional. Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mampu mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosinya secara tepat, sehingga dapat beradaptasi dengan lebih baik dalam situasi sosial maupun pekerjaan (Artha & Supriyadi, 2013). Kematangan emosi juga memiliki peranan penting dalam mendukung proses penyesuaian diri. Individu dengan emosi yang matang cenderung memiliki kestabilan perasaan, mampu berpikir rasional, serta tidak mudah terprovokasi oleh situasi yang menekan. Kematangan ini memungkinkan seseorang untuk menyesuaikan diri secara efektif terhadap perubahan lingkungan dan berbagai tuntutan peran yang diemban (Rima, 2021). Selain kecerdasan dan kematangan emosi, religiusitas turut berperan dalam membentuk kemampuan penyesuaian diri. Nilai-nilai spiritual membantu individu memperoleh ketenangan batin, menumbuhkan empati, serta menjadi pedoman dalam mengelola tekanan hidup secara konstruktif. Sikap religius juga berperan sebagai penguat moral yang membantu seseorang bertahan dalam kondisi penuh tekanan (Sari, 2021).

Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri. Individu yang mampu memahami dan mengelola emosi cenderung memiliki keseimbangan psikologis yang baik, sehingga lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial maupun profesional. Keseimbangan emosional ini menjadi fondasi penting dalam membangun perilaku adaptif dan menghindari munculnya respons agresif (Astrina & Rinaldi, 2019). Meskipun hubungan antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri telah banyak dibuktikan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada konteks sosial umum. Belum banyak kajian yang menelaah secara mendalam bagaimana kecerdasan emosional berperan dalam mengendalikan agresivitas dan membantu individu menyesuaikan diri dalam lingkungan kerja yang penuh tekanan, seperti pada institusi militer. Kondisi ini membuka peluang penelitian lebih lanjut untuk memahami keterkaitan antara aspek emosional dan kemampuan adaptasi dalam konteks tugas dan tanggung jawab yang menuntut kedisiplinan tinggi (Karmiana, 2016; Darsitawati & Budisetyani, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Agresivitas pada Anggota TNI di Satuan Kodim 1315 Kabupaten Gorontalo, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anggota TNI memiliki tingkat penyesuaian diri yang baik. Dari total 75 responden, sebanyak 62 orang (82,7%) menunjukkan penyesuaian diri dalam kategori baik, sedangkan 13 orang (17,3%) berada pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas prajurit mampu beradaptasi dengan lingkungan kerja, menjalin hubungan sosial yang harmonis, serta memiliki kelekatan yang tinggi terhadap institusi. Selain itu, hasil

penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota TNI memiliki tingkat agresivitas yang rendah. Sebanyak 60 responden (80%) termasuk dalam kategori tidak agresif, sedangkan 15 responden (20%) tergolong cukup agresif. Temuan ini mengindikasikan bahwa prajurit TNI di lingkungan Kodim 1315 Gorontalo umumnya mampu mengendalikan diri dan menjaga kestabilan emosi dalam menghadapi tekanan tugas maupun situasi kerja yang dinamis. Hasil uji korelasi Rank Spearman memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) = 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi R = 0,456, yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri dan agresivitas. Artinya, semakin baik kemampuan penyesuaian diri seorang prajurit, maka semakin rendah tingkat agresivitasnya. Penyesuaian diri yang baik berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosi, meningkatkan profesionalisme, serta mengurangi kecenderungan munculnya perilaku agresif di lingkungan militer. Secara reflektif, hasil ini menunjukkan bahwa pembinaan aspek psikologis, terutama kemampuan adaptasi dan pengendalian diri, perlu terus dikembangkan dalam pelatihan dan pendidikan militer. Upaya peningkatan penyesuaian diri dapat dilakukan melalui kegiatan pembinaan mental, pelatihan pengendalian emosi, serta penguatan kohesi sosial antaranggota satuan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, yang telah memberikan dukungan, fasilitas, dan kesempatan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Komando Distrik Militer (Kodim) 1315 Kabupaten Gorontalo atas izin, kerja sama, dan bantuan yang diberikan selama proses pengumpulan data berlangsung. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi militer, serta menjadi bahan pertimbangan bagi pihak terkait dalam memahami hubungan antara penyesuaian diri dan agresivitas pada anggota TNI.

DAFTAR REFERENSI

Adiningtiyas, S. W. (2015). *Hubungan kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. Journal of the Counseling Guidance Study Program,* Universitas Riau Kepulauan. Retrieved from https://journal.unrika.ac.id

Ahda, G. D. A. (2023). *Pengaruh kecerdasan emosi dan konformitas terhadap agresivitas anggota TNI.* Fakultas Psikologi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Anggita, D., & Nauri, R. (2018). *Etika Penelitian Kesehatan: Prinsip dan Penerapan.* Yogyakarta: Deepublish.

Arfah, R. F. (2019). *Studi kasus perilaku agresif, penyesuaian diri dan perilaku sosial anak usia dini.* Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Retrieved from https://eprints.umsida.ac.id

Arum, A. R., & Khoirunnisa, R. N. (2021). *Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa baru psikologi. Jurnal Penelitian Psikologi,* Universitas Negeri Surabaya.

Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). *Measuring adjustment to college. Journal of Counseling Psychology, 31*(2), 179–189. https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179

Buss, A. H., & Perry, M. (1992). *The Aggression Questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 63*(3), 452–459. https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452

Choirudin, M. (2015). *Penyesuaian diri: Sebagai upaya mencapai kesejahteraan jiwa. Hisbah:*

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 12(1), 45–56. Retrieved from https://digilib.uin-suka.ac.id

Febriyani, T. (2018). *Pengaruh harga diri terhadap agresivitas pada anggota TNI AD* [Skripsi, Universitas Negeri Jakarta]. Repository UNJ. https://repository.unj.ac.id

Ghofiniyah, E., & Setiowati, E. A. (2017). *Hubungan antara kematangan emosi dan keterampilan sosial dengan penyesuaian diri pada santri pondok pesantren Daar Al Furqon Kudus. Proyeksi: Jurnal Psikologi,* Universitas Islam Sultan Agung. Retrieved from https://jurnal.unissula.ac.id

Gunarto, D. (2015). *Panduan Lengkap Tes TNI POLRI: Modul Materi Terlengkap.* Jakarta: Pustaka Mandiri.

Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). *Dukungan sosial, penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 2 Binjai. Analitika: Jurnal Magister Psikologi,* Universitas Medan Area.

Indarwati, E. S., & Fauziah, N. (2012). *Attachment dan penyesuaian diri dalam perkawinan.* Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Retrieved from https://eprints.undip.ac.id

Irfan, M., & Suprapti, V. (2014). *Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan,* Universitas Airlangga.

Jamaluddin, M. (2020). *Model penyesuaian diri mahasiswa baru. Indonesian Psychological Research, 2*(1), 12–23. Retrieved from https://jurnalfpk.uinsa.ac.id

Jayanti, A. D., & Yuwono, S. (2022). *Kontrol diri prajurit TNI-AD yang pernah ditugaskan ke daerah konflik* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. https://eprints.ums.ac.id

Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Jurnal Psikologi Pitutur.*

Laia, B., & Daeli, B. (2022). *Hubungan kematangan emosional dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat. Counseling for All: Jurnal Bimbingan dan Konseling,* Universitas Nias Raya. Retrieved from https://jurnal.uniraya.ac.id

Langkameng, V. M., Igon, S. S., & Payong, Y. (2021). *Layanan Tes Psikologi Pengambilan Senjata Api Dinas Berbasis Daring pada Kepolisian Daerah Nusa Tenggara Timur. Just TI: Jurnal Sains Terapan Teknologi Informasi.*

Maharani, S. E. (2023). *Hubungan antara regulasi emosi dengan agresivitas anggota TNI-AD Batalyon Kavaleri 9/SDK. Jurnal Kesehatan Mental Indonesia, 4*(2), 75–83. https://journal.binawan.ac.id

Mardani, I. R., & Karyanta, N. A. (2013). *Hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X asrama SMA MTA Surakarta. Jurnal Ilmiah Candra Jiwa, 4*(1), 23–33. Retrieved from https://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id

Nasution, R. M. (2020). *Spesial Tes Masuk TNI-POLRI.* Jakarta: Gramedia.

Nasution, S. H. (2013). *Hubungan kecerdasan emosi dan penyesuaian diri dengan perilaku bullying pada santri Pesantren Raudlatul Hasanah Medan.* Universitas Medan Area. Retrieved from https://repositori.uma.ac.id

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Jakarta: Salemba Medika.

Nurfitriana, P., & Prihartanti, N. (2017). *Penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.* Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from https://eprints.ums.ac.id

Pratiwi, A. (2019). *Pengaruh Work Life Balance terhadap Work Engagement pada TNI yang Bekerja di Dinas Psikologi Angkatan Udara.* Repository Universitas Negeri Jakarta.

……

Pratiwi, I., Hastuti, D., & Muflikhati, I. (2018). *Penyesuaian keluarga, pengasuhan, kekerasan dalam pengasuhan, dan agresivitas pada anak usia sekolah. Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 11*(2), 95–107. Retrieved from https://journal.ipb.ac.id

Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). *Penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada tahun pertama. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Universitas Airlangga.

Purba, A. W. D. (2018). *Hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Malaysia di Medan.* Universitas Medan Area. Retrieved from https://repositori.uma.ac.id

Shafira, F., & Lestari, R. (2015). *Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.* Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from https://eprints.ums.ac.id

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2013). *Studi fenomenologi pengalaman penyesuaian diri mahasiswa di Surabaya. Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, 4*(2), 89–101. Retrieved from https://journal.unesa.ac.id

Wirohati, M., & Utami, M. S. (2022). *Peran hardiness dan dukungan sosial terhadap stres istri TNI yang ditinggal ke wilayah rawan konflik. Journal of Syntax Literate, 7*(5), 126–136.

Wulandari, S. W. (2016). *Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta. Psiko Edukasi*, Universitas Katolik Atma Jaya.