

DI BALIK SENYAP KONFLIK: RESILIENSI PSIKOLOGIS PRAJURIT TNI DI PAPUA

Selyo Febrio Xavier¹, Rr. Amanda Pasca Rini², Suryanto Suryanto³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945^{1,2}

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga³

e-mail: Selyofebrioxavier@gmail.com

ABSTRAK

Penugasan militer di daerah konflik seperti Papua menempatkan prajurit TNI pada ancaman fisik dan tekanan psikologis yang dapat mengganggu fungsi psikologis dan kesiapan tugas. Resiliensi, sebagai kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi dalam kondisi ekstrem, sangat penting dalam konteks ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika resiliensi prajurit TNI di Papua, dengan fokus pada faktor risiko, mekanisme protektif, dan proses psikologis yang mendukung ketahanan dan kinerja mereka di lapangan. Pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam dan analisis tematik digunakan untuk menggali pengalaman subjektif prajurit dalam mengelola stres, menggunakan strategi coping, dan membangun makna dari pengalaman penugasan di daerah konflik. Temuan menunjukkan bahwa resiliensi berkembang melalui interaksi antara regulasi emosi, penggunaan strategi coping yang fleksibel, dukungan sosial yang kuat, dan spiritualitas sebagai sumber daya psikologis utama. Penugasan ini juga berkontribusi pada transformasi positif prajurit, termasuk peningkatan kedewasaan emosional dan orientasi prososial. Penelitian ini memberikan wawasan praktis bagi TNI dalam merancang program pelatihan dan dukungan psikologis berbasis spiritualitas dan dukungan sosial untuk meningkatkan kesiapan mental prajurit di daerah konflik.

Kata Kunci: *Resiliensi, Strategi Coping, Psikologi Militer, Penugasan Di Wilayah Konflik, Penelitian Kualitatif.*

ABSTRACT

Military assignments in conflict areas such as Papua expose Indonesian Army (TNI) soldiers to physical threats and psychological pressures that can impair psychological functioning and mission readiness. Resilience, as the ability to endure and adapt in extreme conditions, is crucial in this context. This study aims to analyze the dynamics of resilience among TNI soldiers in Papua, focusing on risk factors, protective mechanisms, and psychological processes that support their endurance and performance in the field. A qualitative approach with in-depth interviews and thematic analysis was used to explore the soldiers' subjective experiences in managing stress, using coping strategies, and deriving meaning from their deployment experiences in conflict areas. The findings indicate that resilience develops through the interaction of emotional regulation, flexible coping strategies, strong social support, and spirituality as a key psychological resource. The deployment also contributes to the positive transformation of soldiers, including enhanced emotional maturity and prosocial orientation. This study provides practical insights for the TNI in designing training programs and psychological support based on spirituality and social support to enhance the mental readiness of soldiers in conflict areas.

Keywords: *Resilience, Coping Strategies, Military Psychology, Conflict Deployment, Qualitative Research.*

PENDAHULUAN

Penugasan prajurit Tentara Nasional Indonesia (TNI) di wilayah rawan konflik, seperti Papua, merupakan situasi yang menuntut kesiapan fisik, mental, dan emosional yang tinggi. Kondisi geografis yang menantang, keterbatasan fasilitas, serta ancaman keamanan yang tidak menentu menciptakan tekanan psikologis yang signifikan bagi personel militer (Xavier et al., 2025). Dalam konteks tersebut, kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit dari tekanan menjadi hal yang krusial, yang dikenal sebagai resiliensi yakni kapasitas individu untuk mempertahankan fungsi psikologis yang sehat meskipun berada dalam kondisi yang penuh stres (Hasibuan & Suryanto, 2024).

Resiliensi pada prajurit tidak terbentuk secara spontan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti strategi *coping*, dukungan sosial, serta makna subjektif terhadap pengalaman tugas (Flood & Keegan, 2022). Penelitian pada populasi militer menunjukkan bahwa gaya coping yang matang (*mature coping*) memediasi hubungan antara resiliensi dan gejala psikologis (Cao et al., 2023). Strategi *coping* mengacu pada upaya kognitif dan perilaku individu untuk mengelola tekanan atau ancaman yang dirasakan (Folkman, 2008). Dalam konteks penugasan militer di daerah konflik, *coping* menjadi mekanisme penting untuk mengatur emosi, menjaga motivasi, serta mempertahankan fungsi tugas agar tidak terganggu oleh tekanan psikologis yang intens (Bekesiene et al., 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa prajurit yang mengadopsi coping yang matang, baik problem-focused coping maupun emotion-focused coping, cenderung menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi (Smith et al., 2022). Namun, mayoritas penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif yang tidak menggali secara mendalam makna subjektif dan pengalaman fenomenologis prajurit dalam mengelola stres dan membangun ketahanan mereka di lapangan. Dalam konteks budaya dan sosial Indonesia, khususnya bagi anggota TNI yang bertugas di Papua, faktor-faktor seperti nilai pengabdian, solidaritas kelompok, dan ikatan spiritual berperan penting dalam membentuk proses resiliensi (Flood & Keegan, 2022).

Kondisi ini menegaskan pentingnya penelitian dengan pendekatan fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*) untuk menggali secara mendalam bagaimana prajurit TNI memaknai tekanan, kehilangan, serta perjuangan selama penugasan, dan bagaimana strategi coping yang digunakan berkontribusi terhadap pembentukan resiliensi mereka. Melalui wawancara mendalam terhadap prajurit yang telah bertugas di Papua, penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman komprehensif mengenai dinamika psikologis di balik ketangguhan seorang prajurit.

Selain memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan kajian psikologi militer di Indonesia, hasil penelitian ini juga memiliki urgensi praktis bagi lembaga TNI dalam merancang program pelatihan psikologis dan dukungan mental yang lebih kontekstual dan berbasis pengalaman nyata di lapangan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berupaya memahami resiliensi sebagai konsep psikologis, tetapi juga sebagai makna eksistensial yang hidup dalam pengalaman nyata prajurit di daerah rawan konflik.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika resiliensi prajurit TNI yang bertugas di Papua melalui pendekatan fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*). Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggali bagaimana prajurit memaknai tekanan psikologis, menggunakan strategi coping, serta membangun makna dari pengalaman penugasan mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis di balik

ketangguhan seorang prajurit serta memberikan rekomendasi praktis bagi lembaga TNI dalam merancang program pelatihan dan dukungan psikologis yang berbasis pada pengalaman nyata di lapangan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi interpretatif (Interpretative Phenomenological Analysis/IPA) untuk memahami pengalaman subjektif prajurit TNI yang bertugas di Papua. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali makna mendalam dari pengalaman individu, serta bagaimana mereka membangun resiliensi dalam menghadapi tekanan psikologis selama penugasan di daerah konflik. Partisipan penelitian ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling, di mana subjek penelitian ditentukan berdasarkan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian (Creswell & Poth, 2017). Kriteria seleksi partisipan adalah: (1) prajurit TNI yang telah bertugas di Papua minimal satu tahun, (2) bersedia berpartisipasi secara sukarela, dan (3) mampu merefleksikan pengalaman psikologis mereka selama penugasan.

Jumlah partisipan yang dipilih berkisar antara 8 hingga 12 orang. Jumlah ini ditentukan berdasarkan prinsip *data saturation*, yaitu titik di mana penambahan partisipan tidak lagi menghasilkan informasi baru (Guest et al., 2006). Dengan jumlah ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman subjektif prajurit yang beragam, namun tetap dalam batas praktis untuk melakukan analisis tematik yang efektif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, yang memberikan fleksibilitas bagi partisipan untuk mengungkapkan pengalaman dan refleksi mereka secara bebas. Wawancara dilakukan secara tatap muka dengan prajurit TNI yang telah menyelesaikan penugasan mereka di Papua, untuk memperoleh narasi yang lebih kaya dan mendalam mengenai pengalaman mereka (Creswell & Poth, 2017).

Pemilihan wawancara tatap muka bertujuan untuk memungkinkan peneliti menangkap ekspresi emosional dan bahasa non-verbal yang tidak dapat dicapai melalui wawancara jarak jauh. Tempat wawancara disesuaikan dengan kenyamanan partisipan untuk menjaga privasi dan etika penelitian psikologi. Selain itu, semua wawancara dilakukan dengan persetujuan partisipan dan dengan memastikan bahwa mereka memahami hak-hak mereka terkait kerahasiaan dan privasi dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dari wawancara dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik berdasarkan IPA. Analisis dimulai dengan pembacaan berulang terhadap transkrip wawancara untuk mencari makna penting yang terkandung dalam narasi pribadi setiap partisipan. Selanjutnya, tema-tema utama diidentifikasi berdasarkan pola yang muncul dalam pengalaman yang dibagikan oleh partisipan.

Analisis ini bertujuan untuk menggali bagaimana prajurit TNI memaknai tekanan psikologis, menggunakan strategi coping, dan berinteraksi dengan dukungan sosial dan spiritualitas mereka selama penugasan di Papua. Validitas data diperkuat dengan menggunakan teknik triangulasi sumber, member checking, dan audit trail untuk memastikan bahwa interpretasi yang dihasilkan konsisten dan mencerminkan pengalaman partisipan dengan akurat (Smith et al., 2022). Proses ini juga memperhatikan potensi bias yang dapat muncul karena keterlibatan peneliti dalam interaksi dengan partisipan. Peneliti akan berusaha meminimalkan bias ini dengan tetap objektif dalam analisis data dan melalui pengecekan ulang dengan partisipan untuk memastikan akurasi temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan wawancara mendalam dengan sepuluh prajurit TNI yang telah bertugas di daerah rawan konflik Papua, lima tema utama teridentifikasi yang menggambarkan dinamika psikologis, strategi coping, dan proses pembentukan resiliensi selama penugasan. Tema-tema ini menggambarkan pengalaman subjektif prajurit dalam mengelola stres, bertahan dalam kondisi ekstrem, dan menggunakan dukungan sosial serta spiritualitas untuk menjaga keseimbangan mental mereka.

Tabel 1. berikut merangkum lima tema utama yang ditemukan dalam penelitian ini:

Tema	Deskripsi
Tekanan Psikologis Akibat Situasi Konflik dan Keterbatasan Lapangan	Ketidakpastian situasi keamanan, ancaman fisik, dan keterbatasan fasilitas sebagai sumber utama stres psikologis.
Strategi Coping Emosional dan Problem-Focused	Penggunaan strategi coping emosional (aktivitas keagamaan) dan coping berfokus pada masalah (koordinasi tim, latihan fisik).
Dukungan Sosial dan Solidaritas Satuan	Kohesi satuan dan dukungan sosial sebagai pelindung terhadap dampak negatif stres.
Spiritualitas sebagai Sumber Ketahanan Psikologis	Spiritualitas sebagai proses meaning-making dalam menghadapi risiko dan kematian.
Transformasi Diri dan Makna Pengabdian	Perubahan positif dalam pandangan hidup, termasuk peningkatan kedewasaan emosional dan rasa syukur.

Pada tabel 1, terdapat lima tema utama yang ditemukan dalam penelitian ini, yang mencakup aspek-aspek utama dari pengalaman prajurit dalam menghadapi tekanan psikologis, coping, dukungan sosial, spiritualitas, dan transformasi diri:

Tekanan Psikologis Akibat Situasi Konflik dan Keterbatasan Lapangan

Sebagian besar partisipan menggambarkan ketidakpastian situasi keamanan, ancaman fisik dari kelompok bersenjata, serta keterbatasan fasilitas sebagai sumber utama stres psikologis. Banyak prajurit melaporkan perasaan cemas dan waspada yang terus-menerus, namun mereka berusaha untuk tetap menunjukkan kekuatan di depan rekan satuan. Salah satu prajurit mengungkapkan, "Kami tidak pernah tahu kapan keadaan aman atau tidak. Setiap suara tembakan atau ledakan membuat kami harus selalu waspada. Kadang stres, tapi harus tetap terlihat kuat di depan anggota." (P4).

Strategi Coping Emosional dan Problem-Focused

Partisipan menunjukkan dua jenis strategi coping yang mereka terapkan: *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Strategi coping emosional dilakukan melalui aktivitas keagamaan, seperti salat dan membaca Al-Qur'an, serta refleksi diri dan berbicara dengan rekan satuan. Salah satu prajurit menjelaskan, "Kalau mulai jemu atau takut, saya biasanya salat dan baca Al-Qur'an. Tapi kalau situasi di lapangan menegangkan, kami saling bantu dan atur strategi supaya tetap fokus." (P2). Sementara itu, coping berorientasi masalah dilakukan melalui penguatan koordinasi tim, latihan fisik, dan adaptasi terhadap medan operasi. Keseimbangan antara kedua strategi ini membantu prajurit menstabilkan kondisi emosional mereka sekaligus menjaga performa tugas.

Dukungan Sosial dan Solidaritas Satuan

Dukungan sosial dari rekan satuan dan atasan berperan penting dalam mengurangi dampak negatif dari stres. Banyak partisipan menggambarkan solidaritas antaranggota satuan sebagai sumber utama ketahanan psikologis. Salah satu prajurit menyatakan, "Kalau bukan karena teman-teman di satuan, mungkin saya sudah drop. Kami sudah seperti keluarga, saling jaga dan hibur kalau ada yang kelihatan down." (P1). Temuan ini menunjukkan bahwa kohesi satuan menciptakan rasa kebersamaan yang memperkuat ketahanan mental prajurit.

Spiritualitas sebagai Sumber Ketahanan Psikologis

Spiritualitas muncul sebagai tema dominan dalam penelitian ini. Keyakinan religius menjadi pendorong penting dalam menghadapi risiko, kematian, dan kehilangan. Salah satu prajurit mengungkapkan, "Kami pasrahkan semuanya pada Tuhan. Kalau memang waktunya, ya kami siap. Tapi keyakinan itu yang membuat hati tenang." (P7). Spiritualitas tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme coping emosional, tetapi juga sebagai proses makna dalam menghadapi situasi eksistensial yang ekstrem.

Transformasi Diri dan Makna Pengabdian

Sebagian besar partisipan melaporkan adanya perubahan signifikan dalam cara pandang mereka setelah penugasan di Papua. Pengalaman ekstrem ini telah mendorong mereka untuk lebih sabar, lebih menghargai hidup, dan memiliki rasa syukur yang lebih besar. Sebagai contoh, salah satu prajurit menyatakan, "Saya jadi lebih sabar, lebih menghargai hidup. Dulu cepat marah, sekarang lebih tenang. Tugas di Papua membuat saya sadar arti pengabdian sebenarnya." (P5).

Pembahasan

Penelitian ini memberikan gambaran mendalam mengenai dinamika psikologis prajurit TNI yang menjalankan penugasan di daerah rawan konflik Papua melalui lima tema utama, yaitu tekanan psikologis, strategi coping emosional dan *problem-focused*, dukungan sosial, spiritualitas, serta transformasi diri. Bagian ini menginterpretasikan temuan tersebut dengan mengintegrasikan teori dan hasil penelitian sebelumnya, serta mengevaluasi kontribusinya bagi pengembangan pengetahuan mengenai resiliensi pada personel militer di wilayah konflik.

Pertama, hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan situasi berbahaya, ketidakpastian medan operasi, dan keterbatasan logistik menjadi sumber stres psikologis yang signifikan bagi prajurit. Temuan ini sejalan dengan Zhang et al. (2025) yang mengidentifikasi hubungan antara paparan konflik bersenjata dengan munculnya gejala stres pascatrauma (PTSS) dan kelelahan emosional pada personel militer. Tekanan yang timbul akibat ancaman serangan musuh, isolasi sosial, serta hambatan komunikasi turut memperkuat temuan studi Kanaapeckaité & Bagdžiūnienė (2024) bahwa faktor geografis dan kultural menjadi pemicu stres operasional. Mengacu pada perspektif regulasi emosi, kemampuan prajurit dalam mengelola emosi memegang peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis sepanjang penugasan (Cai et al., 2017). Dengan demikian, kondisi lapangan yang ekstrem menuntut adaptasi psikologis yang bersifat tidak hanya individual, tetapi juga situasional.

Kedua, strategi coping yang digunakan prajurit menunjukkan perpaduan antara *emotion-focused* dan *problem-focused* coping sebagaimana dikemukakan oleh Folkman, (2008). Integrasi kedua strategi ini menjadi mekanisme perlindungan psikologis yang efektif dalam menghadapi stres akut. Aktivitas religius, refleksi diri, dan dukungan emosional dari rekan satuan berkontribusi dalam mereduksi ketegangan emosional, sedangkan koordinasi tim

dan penyesuaian strategi pelaksanaan tugas berfungsi menjaga kesiapan operasional (Kirkham et al., 2025). Konsistensi dengan temuan Zou et al., (2024) menegaskan bahwa keseimbangan kedua bentuk coping tersebut mampu memitigasi dampak stres ekstrem secara lebih optimal dibanding dominasi salah satunya. Dengan demikian, penelitian ini menyoroti fleksibilitas coping sebagai komponen kunci pembentuk resiliensi prajurit.

Ketiga, dukungan sosial dari rekan satuan dan atasan muncul sebagai faktor protektif yang memperkuat ketahanan psikologis prajurit. Temuan ini mendukung model *Resilience as a Social Process* yang memandang resiliensi sebagai konstruksi sosial yang berkembang melalui interaksi interpersonal dan kohesi kelompok (Southwick et al., 2023). Hasil penelitian Liu et al., (2024) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa unit cohesion dan peer support berkorelasi positif dengan resiliensi personel dalam situasi operasi berisiko tinggi. Gutierrez & Adler (2022) juga menemukan bahwa konteks organisasi berperan penting dalam mendukung penyesuaian positif pasca-deployment, dengan kohesi satuan dan dukungan sosial yang kuat berkontribusi pada peningkatan ketahanan psikologis prajurit. Kanesarajah et al., (2016) menambahkan bahwa kohesi satuan dan pengalaman traumatis yang dikelola dengan baik dapat memperkuat kesehatan mental personel militer. Dalam konteks militer Indonesia, solidaritas satuan tidak hanya berperan sebagai sumber kenyamanan emosional, tetapi juga mendorong pembagian strategi bertahan dan peneguhan rasa tanggung jawab kolektif, sehingga memperkokoh resiliensi berbasis komunitas.

Keempat, spiritualitas terbukti menjadi landasan penting dalam membantu prajurit menemukan makna, ketenangan, dan penerimaan terhadap risiko kematian. Hasil ini memperkuat pandangan bahwa spiritualitas bukan sekadar mekanisme coping emosional, melainkan juga proses meaning-making yang menuntun individu dalam memaknai pengalaman traumatis (Sharma et al., 2017; Hourani et al., 2012). Penelitian oleh Khursheed & Shah Nawaz, (2020) turut menunjukkan bahwa religiusitas berperan dalam meningkatkan *post-traumatic growth* (PTG) dan menurunkan gejala depresi pada individu yang menghadapi stres berat. Oleh karena itu, spiritualitas dalam konteks prajurit TNI dapat dipahami sebagai sumber ketahanan eksistensial yang memperkuat kesiapan mental menghadapi ancaman dan penderitaan.

Kelima, transformasi diri yang dialami prajurit setelah penugasan mencerminkan proses *post-traumatic growth* sebagaimana dijelaskan oleh Tedeschi & Calhoun (2004). Pengalaman ekstrem mendorong prajurit untuk mengembangkan cara pandang baru terhadap kehidupan, meningkatkan rasa syukur dan kesabaran, serta memperdalam makna pengabdian. Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan pulih dari tekanan, tetapi juga mencakup perubahan positif dalam identitas psikologis dan makna hidup. Dengan demikian, resiliensi pada konteks militer Indonesia tampak bersifat dinamis, transformatif, dan spiritual-integratif.

Secara konseptual, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian resiliensi prajurit dengan menunjukkan bahwa resiliensi merupakan hasil interaksi sinergis antara fleksibilitas coping, dukungan sosial, dan spiritualitas. Model konseptual yang ditemukan menawarkan perspektif bahwa resiliensi prajurit tidak bekerja secara linear, melainkan melalui proses interaktif yang dipengaruhi konteks budaya dan nilai religius. Hal ini dapat menjadi dasar penguatan model resiliensi yang lebih sesuai dengan konteks militer di negara yang menjunjung tinggi nilai spiritualitas dan kolektivitas seperti Indonesia.

Secara praktis, temuan ini menegaskan pentingnya mengembangkan intervensi resiliensi yang tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan psikologis individual, tetapi juga memperkuat jejaring sosial satuan dan aspek spiritual prajurit. Pendekatan pelatihan

resiliensi berbasis biopsikososial-spiritual berpotensi memberikan dampak lebih komprehensif dalam mempersiapkan prajurit menghadapi penugasan di daerah berisiko tinggi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkuat bukti empiris mengenai resiliensi militer, tetapi juga membuka peluang pengembangan model resiliensi berbasis budaya Indonesia sebagai kontribusi teoritis baru dalam literatur psikologi militer.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi prajurit TNI yang bertugas di Papua berkembang melalui interaksi dinamis antara faktor individu, sosial, dan spiritual. Temuan utama penelitian ini mengungkapkan bahwa ketahanan psikologis prajurit tidak hanya dipengaruhi oleh strategi coping individu, tetapi juga oleh dukungan sosial yang kuat dari satuan serta spiritualitas yang berperan sebagai sumber ketahanan psikologis utama. Penggunaan strategi coping yang fleksibel, baik yang berfokus pada masalah maupun emosi, membantu prajurit untuk mengelola stres secara lebih efektif, menjaga keseimbangan emosional, dan mempertahankan performa tugas di tengah ancaman yang terus-menerus.

Selain itu, solidaritas satuan dan dukungan sosial terbukti menjadi faktor protektif yang krusial dalam menjaga ketahanan mental prajurit, memperlihatkan bahwa resiliensi juga dibangun melalui hubungan interpersonal yang kokoh. Spiritualitas, di sisi lain, berfungsi sebagai landasan psikologis yang memberikan makna dalam menghadapi risiko, kematian, dan kehilangan, serta memungkinkan prajurit untuk menerima pengalaman traumatis dengan ketenangan hati. Transformasi positif pasca-penugasan, seperti peningkatan kedewasaan emosional dan penguatan makna hidup, menunjukkan bahwa resiliensi tidak hanya sebatas kemampuan bertahan, tetapi juga melibatkan perubahan dan pertumbuhan psikologis yang signifikan.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam kajian psikologi militer dengan menawarkan perspektif baru mengenai resiliensi prajurit TNI di lingkungan konflik, khususnya dalam konteks budaya dan sosial Indonesia. Penelitian ini menambah pemahaman tentang bagaimana aspek sosial dan spiritual, yang sering kali terabaikan dalam penelitian psikologi militer sebelumnya, memainkan peran sentral dalam membentuk ketahanan psikologis prajurit. Dengan mengintegrasikan teori resiliensi dengan konteks sosial, budaya, dan religius, temuan ini memperkaya literatur psikologi militer dengan model yang lebih komprehensif dan kontekstual.

Hasil penelitian ini memberikan wawasan yang sangat berguna bagi TNI dalam merancang program pelatihan dan dukungan psikologis berbasis pengalaman nyata prajurit di lapangan. Fokus pada penguatan strategi coping, dukungan sosial, dan spiritualitas dapat meningkatkan kesiapan mental prajurit dalam menghadapi penugasan di daerah rawan konflik. Lembaga TNI dapat mengembangkan program pelatihan psikologis yang lebih terintegrasi dan kontekstual, serta memperkenalkan intervensi berbasis spiritualitas untuk mendukung kesejahteraan psikologis prajurit secara menyeluruh.

Penelitian ini menyarankan agar dilakukan studi lebih lanjut dengan desain longitudinal dan komparatif lintas konteks penugasan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap resiliensi prajurit. Selain itu, penelitian ini membuka peluang untuk mengembangkan model intervensi berbasis spiritualitas dan dukungan sosial yang lebih terstruktur untuk memperkuat ketahanan psikologis prajurit di berbagai situasi konflik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bekesiene, S., Smaliukienė, R., Vaičaitienė, R., Bagdžiūnienė, D., Kanapeckaitė, R., Kapustian, O., & Nakonechnyi, O. (2024). Prioritizing competencies for soldier's mental resilience: An application of integrative fuzzy-trapezoidal decision-making trial and evaluation laboratory in updating training program. *Frontiers in Psychology*, 14, 1239481. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1239481>
- Cai, W., Pan, Y., Zhang, S., Wei, C., Dong, W., & Deng, G. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry Research*, 256, 71–78. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.018>
- Cao, F., Li, J., Xin, W., Yang, Z., & Wu, D. (2023). The impact of resilience on the mental health of military personnel during the COVID-19 pandemic: Coping styles and regulatory focus. *Frontiers in Public Health*, 11, 1240047. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1240047>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2017). *Qualitative Inquiry and Research Design* (4 ed.).
- Flood, A., & Keegan, R. J. (2022). Cognitive Resilience to Psychological Stress in Military Personnel. *Frontiers in Psychology*, 13, 809003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809003>
- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress, & Coping*, 21(1), 3–14. <https://doi.org/10.1080/10615800701740457>
- Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How Many Interviews Are Enough?: An Experiment with Data Saturation and Variability. *Field Methods*, 18(1), 59–82. <https://doi.org/10.1177/1525822X05279903>
- Gutierrez, I. A., & Adler, A. B. (2022). Organizational Context as a Predictor of Positive Adjustment among Soldiers Following Combat Deployment. *Occupational Health Science*, 6(3), 451–473. <https://doi.org/10.1007/s41542-022-00120-0>
- Hasibuan, R. R., & Suryanto, S. (2024). Resilience in Families of Children with Physical Disabilities After Accidents. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 13(1), 58. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v13i1.12879>
- Hourani, L. L., Williams, J., Forman-Hoffman, V., Lane, M. E., Weimer, B., & Bray, R. M. (2012). Influence of spirituality on depression, posttraumatic stress disorder, and suicidality in active duty military personnel. *Depression Research and Treatment*, 2012, 425463. <https://doi.org/10.1155/2012/425463>
- Kanapeckaitė, R., & Bagdžiūnienė, D. (2024). Relationships between team characteristics and soldiers' organizational commitment and well-being: The mediating role of psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 15, 1353793. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1353793>
- Kanesarajah, J., Waller, M., Zheng, W. Y., & Dobson, A. J. (2016). Unit cohesion, traumatic exposure and mental health of military personnel. *Occupational Medicine*, 66(4), 308–315. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqw009>
- Khursheed, M., & Shahnawaz, M. G. (2020). Trauma and Post-traumatic Growth: Spirituality and Self-compassion as Mediators Among Parents Who Lost Their Young Children in a Protracted Conflict. *Journal of Religion and Health*, 59(5), 2623–2637. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-00980-2>

- Kirkham, R., Liu, C., Wulundari, T., Aidman, E., Yucel, M., Wiley, J., & Albertella, L. (2025). Emotion Regulation and Coping in Active Military Personnel: A Systematic Review. *Stress and Health*, 41(3), e70036. <https://doi.org/10.1002/smj.70036>
- Liu, B., Liu, L., Zou, M., Jin, Y., Song, L., Ren, L., Li, M., Feng, Y., Li, F., & Yang, Q. (2024). Relationships between resilience, perceived social support, and mental health in military personnel: A cross-lagged analysis. *BMC Public Health*, 24(1), 3433. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20907-w>
- Sharma, V., Marin, D. B., Koenig, H. K., Feder, A., Iacoviello, B. M., Southwick, S. M., & Pietrzak, R. H. (2017). Religion, spirituality, and mental health of U.S. military veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Journal of Affective Disorders*, 217, 197–204. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.03.071>
- Smith, J., Flowers, P., & Larkins, M. (2022). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research* (2nd Edition). SAGE.
- Southwick, S. M., Charney, D., & DePierro, J. M. (2023). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges* (Third edition). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009299725>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Target Article: “Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence.” *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Xavier, S. F., Rini, Rr. A. P., & Ariyanto, E. A. (2025). Social support, Quality of life, and Death Anxiety among Soldiers in Papua. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 16(01), 1–9. <https://doi.org/10.26740/jptt.v16n01.p1-9>
- Zhang, X., Huang, W., Xin, Y., & Li, X. (2025). The relationship between posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth during the COVID-19 pandemic: A meta-analysis. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. <https://doi.org/10.1037/tra0002031>
- Zou, M., Liu, B., Ji, J., Ren, L., Wang, X., & Li, F. (2024). The Relationship Between Negative Coping Styles, Psychological Resilience, and Positive Coping Styles in Military Personnel: A Cross-Lagged Analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, Volume 17, 13–21. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S447096>