

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menjadi anggota militer terutama bekerja secara langsung di daerah pasca bencana alam atau konflik sosial dengan kondisi masyarakat yang mengalami situasi sulit bukanlah suatu pekerjaan yang mudah. Anggota militer seringkali mengeluhkan beban pekerjaannya yang dinilai sangat berat. Pekerjaan ini memiliki resiko untuk mengalami masalah psikologis yang cukup serius terutama mereka yang berhubungan secara langsung atau mendampingi masyarakat yang memerlukan bantuan.

Terus-menerus berhadapan dengan orang-orang yang mengalami berbagai perasaan negatif seperti takut, cemas, sedih, marah, kecewa sebagai akibat dari suatu pengalaman traumatis seperti: bencana, merupakan suatu tekanan yang membebani anggota militer. Tuntutan masyarakat dampingan terhadap anggota militer untuk dapat selalu siap-sedia menyediakan kebutuhan masyarakat dampingan atau menyediakan layanan yang dibutuhkan terasa sangat membebani para anggota militer (Sumampouw & Mundzir, 2009).

Stress kerja sebagai ancaman yang berasal dari tuntutan pekerjaan atau kurang terpenuhinya kebutuhan individu ditempat kerja. Respon stress yang muncul pada individu yaitu perilaku, kognitif, fisiologis, dan psikologis. Respon perilaku meliputi peningkatan konsumsi pada rokok dan alkohol, tidak nafsu makan atau makan berlebihan, dan sebagainya. Pada respon kognitif meliputi ketidakmampuan mengambil keputusan, sulit berkonsentrasi, peka terhadap ancaman, dan sebagainya. Respon fisiologis berupa sulit tidur, sakit kepala, sulit buang air besar dan sebagainya. Respon psikologis seperti marah, cemas, frustrasi, dan sebagainya (Diahsari, 2008)

Stress kerja pada anggota militer TNI-AD dapat dipengaruhi oleh disiplin militer. Pada Bab 1 Pasal 1 Peraturan Disiplin Militer (2005 : 2-3) menyebutkan disiplin militer sebagai segala bentuk peraturan dan ketentuan-ketentuan mengenai

ketaatan dan kepatuhan terhadap semua perintah kedinasan dari tiap-tiap atasan dengan seksama dan bertanggung jawab. Hal ini berarti anggota militer patuh dan taat dalam melaksanakan tugas dan kewajiban kedinasan maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Secara harfiah militer berasal dari kata Yunani, dalam bahasa Yunani adalah orang yang bersenjata siap untuk bertempur, orang-orang ini terlatih dari tantangan untuk menghadapi musuh, sedangkan ciri-ciri militer sendiri mempunyai organisasi teratur, pakaiannya seragam, disiplinnya tinggi, mentaati hukum yang berlaku dalam peperangan. Apabila ciri-ciri ini tidak dimiliki atau dipenuhi, maka itu bukan militer, melainkan itu suatu gerombolan bersenjata. (Faisal Salam, 2008 ; 13). Maka dapat disimpulkan bahwa militer adalah sebuah kelompok yang terlatih dalam menghadapi berbagai ancaman dan memiliki kedisiplinan.

Profesi militer merupakan keahlian dan sifatnya terbatas. Para anggotanya memiliki kemampuan khusus di bidang tersebut. Hubungan profesi tersebut dengan negara berdasarkan pada pembagian kerja yang alami. Kemudian Ilmu kemiliteran merupakan suatu area di mana di dalamnya terdapat kemampuan khusus yang diperoleh dengan pelatihan profesional dan pengalaman yang penting bagi pengambilan keputusan dan tindakan. Bidang yang menangani implementasi kebijakan negara oleh kekuatan bersenjata ini di bagi ke dalam komponen-komponen, baik yang konstan maupun variabel. Pembagian ini dikenal setelah munculnya profesi militer. (Huntington, 2009). Maka dapat disimpulkan militer adalah profesi yang telah dilatih secara professional dalam mengambil keputusan dan tindakan.

Militer adalah angkatan bersenjata dari suatu negara dan segala sesuatu yang berhubungan dengan angkatan bersenjata. Padanan kata lainnya adalah tentara' atau angkatan bersenjata. Militer biasanya terdiri atas para prajurit atau serdadu. Kata lain yang sangat erat dengan militer adalah militerisme, yang artinya kurang lebih perilaku tegas, kaku, agresif dan otoriter "seperti militer". Padahal pelakunya bisa saja seorang pemimpin sipil. Karena lingkungan tugasnya terutama di medan perang, militer memang dilatih dan dituntut untuk bersikap tegas dan disiplin. Dalam kehidupan militer memang dituntut adanya hirarki yang jelas dan para atasan harus

mampu bertindak tegas dan berani karena yang dipimpin adalah pasukan bersenjata. (Darban, 2011). Maka dapat disimpulkan bahwa militer adalah sekelompok orang bersenjata yang terlatih juga memiliki perilaku yang tegas dan agresif. Dalam lingkungan tugasnya di medan perang seringkali para prajurit mengalami kecemasan akan segala hal yang akan menimpa mereka. Kecemasan inilah yang terkadang bisa mengganggu kegiatan dan konsentrasinya dalam masa penugasan.

Kecemasan dan kekhawatiran memiliki asal intensitasnya yang tidak begitu kuat, dikarenakan kecemasan dan kekhawatiran yang ringan akan menjadi motivasi. Sedangkan kecemasan dan kekhawatiran yang sangat kuat bersifat negatif, dapat menimbulkan gangguan baik secara fisik atau psikis. (Sumakdinata, 2008)

Maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan negatif yang bahkan terkadang belum jelas maksud dan tujuannya yang dapat mengganggu segala aktivitas serta bisa menjadikan gangguan baik secara fisik atau psikis pada penderitanya. Sehingga membuat penderitanya merasa tidak berdaya bahkan sampai mengalami traumatik.

Individu yang mengalami gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) dilanda ketidakmampuan menghadapi perasaan cemas yang kronis dan intens, perasaan tersebut sangat kuat sehingga mereka tidak mampu berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan mereka tidak menyenangkan dan membuat mereka sulit menikmati situasi-situasi pada umumnya. Namun, mereka malah mencoba untuk menghindari situasi yang membuat mereka merasa cemas. Akibatnya, mereka kehilangan kesempatan untuk menikmati hidup mereka atau melakukan sesuatu yang sangat mereka nikmati. (Halgin dan Whitbourne, 2010)

Kecemasan dapat menimbulkan reaksi konstruktif maupun dekonstruktif bagi individu (Suliswati, 2005). Reaksi konstruktif dan dekonstruktif merupakan dua pilihan mekanisme coping. Kebanyakan anggota militer yang mengalami kecemasan dalam masa penugasan cenderung menghibur diri dan tetap disiplin untuk mengatasi keadaan yang menekan dan mengancam dirinya.

Mekanisme koping adalah distorsi kognitif yang digunakan oleh seseorang untuk mempertahankan rasa kendali terhadap situasi, mengurangi rasa tidak nyaman, dan menghadapi situasi yang menimbulkan stress. (Videbeck, 2008).

Maka dapat disimpulkan mekanisme koping diartikan sebagai suatu keadaan dimana cara seseorang menyelesaikan masalah dan mempertahankan situasi dalam menghadapi hambatan dan respon negatif yang menimbulkan rasa cemas berlebih dalam dirinya.

Gangguan kecemasan/ansietas merupakan keadaan psikiatri yang paling sering ditemukan di Amerika Serikat dan di seluruh dunia. *The Anxiety and Depression Association of America* (dalam Kaplan & Sadock, 2012) menuliskan bahwa gangguan kecemasan dan depresi di derita oleh 40 juta populasi orang dewasa di Amerika pada usia 18 tahun atau lebih (18% dari populasi). Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan (Gail *et al.*, 2002) dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas (Haryadi, 2007). Prevalensi gangguan kecemasan menurut *Centers for Disease Control and Prevention* pada tahun 2011 sebesar lebih dari 15%. *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa satu dari empat orang memenuhi kriteria untuk sedikitnya satu gangguan kecemasan dan terdapat angka prevalensi 12 bulan per 17,7% (Kaplan & Sadock, 2012). Maka dapat disimpulkan bahwa gangguan kecemasan dapat dirasakan dalam berbagai usia, hampir setiap tahunnya populasi yang menderita gangguan kecemasan mengalami sedikit peningkatan di bagian negara manapun itu.

Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat Depkes, Azrul Azwar, mengatakan bahwa satu dari empat penduduk Indonesia menderita kelainan jiwa seperti cemas, depresi, stres sampai skizofrenia (Yosep, 2009). Indonesia merupakan negara yang setiap tahun prevalensi kecemasannya mengalami peningkatan. Prevalensi kecemasan (*anxietas*) Indonesia berkisar antara 2-5% dari populasi umum atau 7-16% dari semua penderita gangguan jiwa.

Kecemasan adalah suatu perasaan kepribadian, rasa gelisah, ketidaktentuan, atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau dikenal. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain

frustasi, konflik, ancaman, harga diri, lingkungan yang berupa dukungan social, pendidikan, usia, dan jenis kelamin. (Stuart, 2007). Kecemasan membuat perasaan yang tidak nyaman dan terganggu pemikirannya dalam melakukan aktivitas, seperti kecemasan yang dialami pada anggota militer.

Menurut hasil wawancara dengan dua orang prajurit, mereka mengatakan kecemasan dalam dunia militer biasanya muncul dalam dua kategori. Pertama, kecemasan pada anggota militer yang dalam masa pendidikan biasanya mulai muncul karena adanya tuntutan dalam ujian dengan batas nilai rata-rata. Seperti target nilai yang seharusnya minimal 70 tapi ini mereka tidak sampai nilai 70, pada saat itulah muncul rasa kecemasan pada diri mereka karena tuntutan nilai yang tidak sampai pada minimal rata-rata. Maka mekanisme koping yang biasa mereka lakukan adalah dengan mulai belajar secara sungguh-sungguh agar pada saat ujian selanjutnya mereka dapat mencapai nilai lebih dari nilai rata-ratanya. Kedua, kecemasan pada anggota militer yang dalam masa penugasan biasanya mulai muncul pada saat penempatan bertugas dipedalaman. Mereka mengatakan kecemasan akan muncul terutama saat kegiatan patroli yang tiba-tiba dihadang/ditembaki oleh gerakan separatis, atau saat bantuan logistik yang terlambat sampai karena kendala cuaca. Maka mekanisme koping yang biasa mereka lakukan adalah mulai disiplin dalam masa penugasan dan pandai-pandai dalam menghibur diri dengan cara perbanyak bersenda gurau dengan prajurit lainnya. Kecemasan juga biasa muncul disaat mereka mendengarkan cerita bagaimana pengalaman prajurit lain saat masa penugasan. Biasanya mereka akan mulai cemas karena khawatir sesuatu yang yang sama akan menimpa mereka juga. Pada saat inilah mekanisme koping yang mereka lakukan adalah dengan memperdalam latihan dengan strategi peperangan juga melatih diri untuk memperkokoh keadaan tim mereka.

Alasan peneliti memilih Kesatuan Militer "X" Jakarta adalah karena disana peneliti menemukan fenomena kecemasan yang tinggi pada anggota militer. Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan yang didapat oleh penulis pada hari Jumat tanggal 3 April 2017 di Kesatuan Militer "X" Jakarta. Jumlah anggota militer yang mengalami kecemasan di Batalyon semakin bertambah, terdapat 95% anggota militer

yang mengalami kecemasan. Kecemasan pada militer khususnya di Batalyon ini terdapat dua kategori, kecemasan dalam pendidikan terdapat 10% dan kecemasan dalam penugasan terdapat 85%. Berdasarkan pengalaman penulis selama studi pendahuluan dengan beberapa anggota militer, penulis menemukan adanya kecemasan yang mereka rasakan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya hasil wawancara yang mengatakan bahwa penyebab kecemasan pada anggota militer biasanya dikarenakan terlalu sering membawa beban berat, waktu kerja yang tidak menentu, jauh dari keluarga, suasana kerja yang monoton, dan terluka dalam perang. Maka dampak yang mereka rasakan dari penyebab kecemasan itu adalah merasa sulit tidur, terkadang sulit konsentrasi, mudah tersinggung, gelisah, gemetar, wajah tegang, dan menutup diri. Karena adanya ketidakberanian mereka dalam mengungkapkan perasaan ini membuat perasaan menjadi tertekan terutama yang bersifat negatif sehingga dialihkan ke anggota keluarga yang lebih lemah dari dirinya terutama pada istri. Salah satu bentuk pengalihan perasaan tersebut adalah kekerasan dalam rumah tangga. Ini menunjukkan adanya kecemasan pada anggota militer baik ringan, sedang, maupun berat atau panik. Tergantung dari mekanisme coping yang anggota militer itu lakukan untuk meredakan kecemasannya.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data diatas penulis akan melakukan penelitian yang terjadi pada anggota militer dengan kecemasan di Kesatuan Militer "X" Jakarta. Berdasarkan teori diatas cemas dikatakan sebagai sesuatu hal yang normal dan wajar, namun apabila tidak segera ditangani kecemasannya menjadi tidak wajar dan dapat mengganggu emosi yang muncul melebihi kapasitasnya sehingga mampu mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan pekerjaannya.

Berdasarkan pengalaman penulis selama studi pendahuluan dengan beberapa anggota militer, penulis menemukan adanya kecemasan yang mereka rasakan baik, ringan, sedang, maupun berat atau panik. Tergantung dari mekanisme coping yang anggota militer itu lakukan untuk meredakan kecemasannya. Beberapa mekanisme

koping yang biasa mereka gunakan termasuk, belajar dengan sungguh-sungguh, latihan fisik, disiplin dalam pertempuran, dan pandai-pandai menghibur diri.

Melihat hal tersebut diatas peneliti tertarik untuk membuat penelitian terkait dengan mengetahui hubungan kecemasan dan mekanisme koping anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta, sehingga dapat meminimalkan kecemasan pada anggota militer dalam pelaksanaan tugasnya.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan mekanisme koping anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden meliputi usia, tingkat pendidikan dan pangkat pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- b. Mengidentifikasi gambaran kecemasan pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- c. Mengidentifikasi gambaran mekanisme koping pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- d. Menganalisis hubungan usia dengan mekanisme koping pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- e. Menganalisis hubungan tingkat pendidikan dengan mekanisme koping pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- f. Menganalisis hubungan pangkat dengan mekanisme koping pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.
- g. Menganalisis hubungan kecemasan dengan mekanisme koping pada anggota militer di Kesatuan Militer "X" Jakarta.

I.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini memberikan manfaat bagi :

I.4.1 Responden

Meningkatkan pengetahuan responden tentang hubungan kecemasan dengan mekanisme coping anggota militer, sehingga dapat menjadi support system bagi anggota militer.

I.4.2 Institusi Pendidikan

Untuk pengembangan ilmu keperawatan yaitu dengan memberikan gambaran tentang hubungan kecemasan dengan mekanisme coping anggota militer.

I.4.3 Pelayanan Keperawatan

Sebagai masukan dalam rangka peningkatan mutu asuhan keperawatan dan dapat memberikan pelayanan yang komprehensif sehingga dapat meminimalkan kecemasan pada anggota militer.

I.4.4 Penelitian Selanjutnya

Sebagai data dasar yang dapat dijadikan pertimbangan terhadap penelitian selanjutnya untuk masalah terkait.

