

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tentara Nasional Indonesia (TNI) merupakan bagian integral dari masyarakat Indonesia, yang lahir dari perjuangan bangsa Indonesia dan dikembangkan bersama-sama bangsa Indonesia untuk mempertahankan kemerdekaan bangsa Indonesia. Misi utama Tentara Nasional Indonesia sesuai dengan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia dan Undang-Undang Dasar Pancasila adalah menjaga kedaulatan dan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia dari pengaruh dan bahaya yang mempengaruhi kehormatan bangsa Indonesia (Sofiandri, 2016).

Tentara Rakyat Indonesia adalah alat pengawal Negara Kesatuan Republik Indonesia yang tugasnya melaksanakan komitmen pengamanan masyarakat untuk mempertahankan kekuasaan negara, menjaga keutuhan suatu wilayah, menjaga keamanan masyarakat, melaksanakan tugas kemiliteran untuk pertempuran serta tugas kemiliteran selain perang (RI, 2014). Sapta Marga dan Sumpah Prajurit menetapkan bahwa seorang prajurit wajib menaati dan melaksanakan aturan dinas dalam Tentara Nasional Indonesia. Seorang pejuang harus menjalankan komitmennya dengan semangat dan kewajiban terhadap militer dan Negara Kesatuan Republik Indonesia (Wulandari, 2015).

Menjadi seorang prajurit memiliki kewajiban dan tugas yang tidaklah mudah untuk dijalankan dalam mengatasi berbagai macam peristiwa yang mampu mengancam keutuhan bangsa Indonesia. Seorang prajurit harus siap setiap saat jika ditugaskan dimanapun dan harus ikhlas meninggalkan keluarga demi menjalankan tugas. Keberangkatan prajurit untuk menjalankan tugas memunculkan perasaan yang tidak menyenangkan bagi prajurit itu sendiri maupun keluarga yang ditinggalkan dan menimbulkan perasaan takut atau kecemasan saat harus pergi meninggalkan keluarga demi menjaga keutuhan bangsa Indonesia. Tjahjaningrum (dalam Amanda, 2023) dalam penelitiannya menyatakan

bahwa kecemasan yang dirasakan prajurit TNI dikarenakan perasaan was-was terhadap situasi yang ada. Ini memberikan efek cemas bagi para prajurit TNI.

Kecemasan adalah topik dalam bidang psikologi klinis yang banyak ditelaah lintas bidang ilmu. Dalam kajian psikologi, terdapat dua konsep kecemasan yang biasa muncul, yaitu kecemasan (*anxiety*) dan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Kecemasan dan gangguan kecemasan adalah dua hal yang berbeda. Canadian Mental Health Association (2015) menjelaskan bahwa kecemasan adalah reaksi normal terhadap berbagai peristiwa dalam hidup sehari-hari. Kecemasan merupakan salah satu sistem peringatan dini yang manusia miliki guna menyiapkan diri akan adanya bahaya dan ancaman yang datang (respon akan ancaman tersebut bisa berupa lawan (*fight*), lari (*flight*), atau diam (*freeze*)). Canadian Mental Health Association (2015) selanjutnya menjelaskan bahwa kecemasan yang menjadi luar biasa, tidak dapat dikendalikan, dan muncul tiba-tiba akan menimbulkan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Gangguan kecemasan ini adalah salah satu gangguan mental yang akan berdampak besar pada kehidupan penderitanya. Penderita gangguan ini menyatakan bahwa kecemasan mereta tidak didasarkan pada sesuatu yang nyata, tetapi mereka merasa “terjebak” oleh pikiran dan perasaan mereka.

Gangguan kecemasan berhubungan secara signifikan dengan IBS, asma, migrain, dan hiperhidrosis, sehingga menyoroti pentingnya dokter layanan primer dalam mendiagnosis tentara yang mengalami kecemasan dan penyakit fisik (L. Shelef et al, 2016).

Kecemasan mempunyai dampak yang berbeda-beda tergantung pada seberapa kuat individu bereaksi terhadap rangsangan yang memicu kecemasan. Kecemasan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Menurut Freud (Feist et al., 2018) Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan disertai dengan gejala tubuh yang tidak menyenangkan yang mengingatkan seseorang pada situasi yang berpotensi berbahaya.

Gejala emosi yang tidak menyenangkan ini seringkali tidak jelas dan sulit ditentukan, namun gejala tersebut selalu ada. Rasa cemas juga dialami oleh seorang prajurit TNI AD di KODIM 0808 Blitar, hasil wawancara yang didapatkan sebagai berikut, subjek pertama berinsial C berusia 27 tahun, wawancara dilaksanakan pada tanggal 20 Desember 2023 melalui *WhatsApp*.

“Saya bangga dengan tugas saya sebagai TNI karena berawal beribu remaja putra dan saya salah satu yang mendapat kesempatan, saya bangga maju dari sana. Ditambah lagi, rasanya semakin harus melakukannya. Meninggalkan keluarga untuk menunaikan tugas negara yang harus dipenuhi sebagai seorang prajurit TNI, tentu saja saya sangat sedih dan memikirkan keluarga saya , tapi semuanya untuk kita. Pengadilan memutuskan seorang prajurit adalah komando. Jadi, mau tidak mau harus melakukannya tanpa mempedulikan kondisi, situasi dan semua yang saya hadapi”

Wawancara kedua dilaksanakan pada tanggal 20 Desember 2023 melalui *WhatsApp* subjek berinsial Y berusia 30 tahun.

“Kepikiran, ketika jauh dari keluarga. Sedih dan khawatir jika terjadi sesuatu di rumah. Rindu berkumpul dengan keluarga, tapi bagaimana lagi? itu adalah tugas sebagai prajurit. Takut mati dan merasa cemas adalah hal wajar, Saya ditempatkan disana ya, itu tanggung jawab kita sebagai tentara, kita hanya bisa percaya pada Tuhan”

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa prajurit TNI AD di KODIM 0808 Blitar merasakan kecemasan ketika menjalankan misi dan meninggalkan keluarganya. Perasaan takut tidak menghalangi seorang prajurit untuk menyelesaikan misinya. Jika tanah air memanggil seorang prajurit, ia harus siap menjalankan tugas yang diberikan atasannya.

Prajurit harus memiliki karakter yang kuat untuk menahan tekanan dan rintangan. Ingatlah bahwa tugas seorang prajurit sangatlah sulit. Mereka harus mengorbankan jiwa dan raganya demi menjaga keutuhan

bangsa Indonesia. Sebagai seorang prajurit harus kuat secara mental dan fisik untuk menjalankan tanggung jawab dan tugas yang diberikan oleh komandan selaku atasan. Para prajurit harus memiliki kepribadian yang tegas menjalankan tugasnya dengan sungguh-sungguh dan menjalankan tugasnya demi menjaga kedaulatan Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Setiap manusia pernah mengalami yang namanya kecemasan dan ini adalah sesuatu yang wajar dan normal, karena hampir semua orang pernah mengalami kecemasan selama hidup. Kecemasan tentu bisa terjadi karena berbagai alasan yang dialami oleh seseorang. Penderita gangguan ini sering mencemaskan beberapa aspek dalam kehidupannya sehari-hari seperti pekerjaan, kesehatan, keuangan dan keselamatan pribadi (Alfian & Nurafriansyah, 2020).

Evi et al., (2023) menyatakan bahwa religiusitas memiliki peran dalam mengurangi gangguan kecemasan. Meskipun tidak bisa menyembuhkan gangguan kecemasan secara penuh namun sikap religiusitas dapat mengurangi tingkat kecemasan yang sedang dialami oleh seseorang. Religiusitas menurut Jalaludin adalah sebuah kecakapan yang dimiliki seseorang untuk mengerti atau memahami, menghayati dan mampu mengimplementasikan nilai-nilai dari agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari (Karim & Yoenanto, 2021).

Religi atau agama adalah ciri utama dalam kehidupan manusia ataupun kekuatan yang memengaruhi individu dalam bertindak (Fridayanti, 2015). Agama mengajarkan kebaikan yang akan berdampak bagi kesehatan individu secara fisik maupun mental (Feist et al, 2018). Gartner, Larson, dan Allen (1991) mengungkapkan bahwa agama memiliki korelasi positif dengan kesehatan fisik, umur panjang, berkorelasi negatif dengan bunuh diri, pengguna obat, penyalahgunaan alkohol, melakukan kejahatan, stres secara psikologis, depresi; tidak terlalu rentan terhadap kecemasan (Buzdar et al., 2015). Hal serupa dengan hasil penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa religiusitas secara

signifikan memiliki korelasi negatif dengan kecemasan (Archentari et al, 2014).

Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan dan fenomena diatas, menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian mengenai “Fenomena Anggota TNI AD Yang Mengalami Kecemasan Ketika Meninggalkan Keluarganya di Kodim 0808 Blitar” Penulis juga memilih Kodim 0808 Blitar sebagai tempat penelitian, karena pertimbangan teknis seperti hubungan yang relatif dekat antara penulis dengan pihak instansi serta fenomena yang terjadi sangat sesuai dengan penelitian yang dilakukan peneliti.

B. Identifikasi Masalah

Untuk memberikan arah yang tepat serta menghindari terlalu luasdan melebarnya pembahasan, maka dalam tulisan ini dibuat batasan ruang lingkup masalah yang akan diteliti. Batasan masalah yang akan diteliti yakni kaitannya dengan Bagaimana religiusitas dapat mengatasi kecemasan yang dialami pada seorang anggota TNI yang meninggalkan keluarganya di Kodim 0808 Kota Blitar.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana sikap seorang anggota TNI saat mengalami kecemasan ketika meninggalkan keluarganya?
2. Bagaimana peran religiusitas dalam mengatasi kecemasan pada anggota TNI yang meninggalkan keluarganya?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan diatas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1. Menjelaskan sikap seorang anggota TNI saat mengalami kecemasan ketika meninggalkan keluarganya.
2. Mendeskripsikan peran religiusitas dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh anggota TNI yang meninggalkan keluarganya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memperdalam kajian ilmiah mengenai religiusitas dalam mengatasi kecemasan individu. Kemudian penelitian ini diharapkan mampu memperluas khazanah pengetahuan, khususnya tentang religiusitas dan kecemasan.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi tentang peran religiusitas dalam menangani kecemasan.