

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah sesuatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan oleh setiap individu yang hidup didunia ini, salah satu masalah kesehatan mental yang sering mengganggu jiwa seseorang dalam kehidupan sehari-harinya sehingga membuat aktivitasnya terganggu adalah kecemasan. Kecemasan adalah sesuatu yang dialami sebagai akibat dari keadaan emosional yang ditandai dengan kekhawatiran, ketakutan, dan kegelisahan sebagai upaya untuk merespon kondisi masa depan yang dikatakan berbahaya dari reaksi yang dihasilkan, terlihat pada diri sendiri melalui reaksi fisiologis, sikap dan perasaan (Syafitri, 2018). Hal ini terjadi ketika seseorang menghadapi suatu kondisi yang membuatnya merasa tidak nyaman dan menjadi tidak puas dengan dirinya sendiri, sehingga individu dapat menjadi frustrasi dengan dirinya sendiri (Muyasaroh, 2020).

Ada dua kelompok utama penyebab kecemasan yaitu faktor internal, yang ada di dalam diri orang tersebut, dan faktor eksternal yang berada di luar orang tersebut (Darisman, Prasetyo, & Bayu, 2021). Faktor-faktor tersebut adalah faktor pribadi, keluarga, sosial, dan kelembagaan (Kartika, 2020). Kecemasan yang dirasakan jika tidak dapat diatasi dengan baik akan mengakibatkan dampak bagi individu tersebut.

Dampak kecemasan yang dirasakan dapat berupa fisiologis seperti gemetar, berkeringat, psikologis yaitu panik, tegang dan tidak bisa berkonsentrasi (Sincihu, Daeng, & Yola, 2018), selain itu detak jantung lebih cepat, sakit perut dan kepala, serta gatal-gatal pada seseorang (Vibriyanti, 2020).

World Health Organization (2017) memperkirakan bahwa ada 264 juta orang yang hidup dengan gangguan kecemasan secara global hal ini mewakili sekitar 3,6% dari populasi global, sedangkan data badan kesehatan dunia (WHO, 2022) menunjukkan bahwa dengan perkiraan prevalensi 12,5% secara global, 980 juta orang diyakini hidup dengan kondisi kesehatan mental, 25% mengalami masalah kecemasan. Di Indonesia, gangguan kecemasan masih tinggi dan bervariasi antar kelompok yang berbeda, data prevalensi berdasarkan catatan Riset Dasar Kesehatan (Riskesdas) 2018 dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) terkait dengan gangguan kecemasan yang terjadi di Indonesia, memberikan hasil 9,8% prevalensi kecemasan diamati pada kelompok usia > 75 tahun yaitu 15,8% dan terendah pada usia 24-25 sebesar 8,5%, sedangkan tergantung jenis kelamin wanita (12,1%) lebih tinggi dibandingkan pria (7,6%) yang mengalami gangguan mental emosional, yang ditunjukkan dengan tanda-tanda kecemasan. Data tingkat kecemasan di Indonesia menurut PDSKJI (2022) adalah 71,7% ketika di survey orang indonesia menderita kecemasan, terlihat pada tahun 2020 sebesar 68,9%, pada tahun

2021 dengan prevalensi 76,1%, dan pada tahun 2022 persentase ini adalah 75,8%.

Kecemasan pada dasarnya merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap orang baik dalam kehidupan sehari-hari maupun pekerjaan. Setiap orang memiliki spesialisasi pekerjaan sesuai dengan keterampilan dan kemampuannya bidang favorit baik di lingkungan pemerintahan maupun sebagai penjaga keamanan negara. Salah satu pekerjaan sebagai penjaga keamanan negara yaitu Tentara Nasional Indonesia angkatan darat disingkat TNI-AD. TNI-AD adalah salah satu dari cabang militer dan bagian dari Tentara Nasional Indonesia (TNI) bertanggung jawab atas operasi pertahanan Republik Tanah Indonesia di darat. Sebagai anggota TNI-AD memiliki tugas dan tanggung jawab yang besar terutama dalam latihan untuk meningkatkan kemampuan fisik dan pengetahuan di satuan batalyon masing-masing maupun penempatan langsung ke daerah perang dan pascaperang, konflik sosial dengan keadaan masyarakat yang mengalami bencana alam, hal ini merupakan situasi yang sulit bukanlah hal yang mudah (Jayanti & Yuwono, 2022).

Personel TNI-AD kerap mengeluhkan beban kerja yang dinilai terlalu berat. Pekerjaan ini berisiko mengembangkan masalah kesehatan mental yang serius, seperti kecemasan. Dalam operasi medan perang dan pelatihan sehari-hari, tentara angkatan darat sering kali cemas akan apa yang mungkin terjadi pada mereka. Kecemasan ini dapat mempengaruhi aktivitas dan konsentrasi prajurit selama misi. Anggota TNI-AD mengalami

kecemasan selama penugasan muncul dikarenakan sering membawa beban berat, jam kerja tidak teratur, jauh dari keluarga, suasana kerja monoton, cedera perang, kurang istirahat, serta kelelahan (Rini, Rina, Prastyo, & Wungu, 2021). Menurut sebuah studi penelitian oleh Octaviani (2017), personel militer angkatan darat juga dapat mengalami kecemasan yang disebabkan oleh lingkungan kerja medan dan tugas yang dipedulikan, melakukan patroli kemudian tiba-tiba dihalang atau ditembaki oleh sekelompok suku tertentu, kecemasan juga biasanya terjadi ketika mendengarkan cerita tentang bagaimana tentara lain mengalami kendala saat melakukan misi. Biasanya mereka mulai khawatir hal yang sama akan terjadi menimpa mereka juga. hal ini terlihat pada prevalensi kecemasan ringan sampai sedang sebanyak 85% dengan dampak yang dirasakan sulit tidur, terkadang sulit berkonsentrasi, frustrasi, gelisah, gemetar, tegang, dan lebih berhati-hati, saat ini mekanisme coping mereka adalah untuk melatih diri setiap prajurit dengan memperdalam pelatihan mereka dengan taktik untuk memperkuat tim.

Para prajurit merasakan kecemasan, sebagian besar terkait dengan situasi ekonomi yang tidak terlalu terlihat dari tindakan yang ditunjukkan, kesiapan dan kesediaan untuk ditempatkan di mana saja. Menurut wawancara yang dilakukan oleh beberapa tentara, mereka harus rela berada jauh dari keluarga untuk menyelesaikan misi yang ditugaskan oleh unit mereka, tetapi gaya kepemimpinan juga mempengaruhi rasa kecemasan mereka tidak bisa bertindak lebih karena mengingat pengkat sangat berbeda

sehingga mereka hanya mengikuti arus perintah (Prastyo, 2020). Hal ini didukung oleh studi penelitian Vojvodic dan Dedic (2019), personel militer memiliki masalah kesehatan mental, yaitu masalah sosial (85,52%), psikologis (82,10%), dan kesehatan fisik (81,68%).

Alasan peneliti memilih judul penelitian ini karena penelitian ini belum pernah diteliti oleh peneliti lainnya dan pada penelitian ini tempat penelitian pada satuan “Batalyon 403 Yonif Mekanik/Wirasada Pratista Yogyakarta” peneliti menemukan fenomena kecemasan yang tinggi di kalangan anggota TNI-AD di satuan militer tersebut. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang didapat oleh penulis pada hari jumat tanggal 27 Februari 2022 di kesatuan militer “Batalyon 403 Yonif Mekanik/Wirasada Pratista Yogyakarta” terhadap 10 anggota TNI-AD. Jumlah Prajurit TNI-AD yang mengalami kecemasan di Batalyon 403 Yonif Mekanik/Wirasada Pratista Yogyakarta sebanyak 3 orang mengalami emosi tidak dapat dikontrol sehingga mudah marah terhadap hal yang sepele, susah untuk tidur dimana waktu tidur paling lama hanya tiga jam diakibatkan pikiran yang memfokuskan kepada hal yang dilakukan sebelumnya, sakit kepala dan mudah mengalami lelah, 5 orang mengalami mudah marah tetapi emosi dapat dikontrol, mengalami ketegangan otot meningkat, merasa pusing, merasa gelisah, terkadang kurang fokus saat latihan karena banyak hal yang dipikirkan, pernafasan dan tekanan darah sedikit meningkat, dan ketika berbicara lebih cepat dari biasanya, dan 2 orang merasa khawatir tetapi dapat

mengontrol situasi, tetap percaya diri walaupun sedikit tidak sabar, dapat tenang, dan masih dapat fokus saat mengikuti latihan.

Hasil wawancara terhadap 10 anggota Batalyon 403 Yonif Mekanik/Wirasada Pratista Yogyakarta menunjukkan bahwa kecemasan 10 anggota TNI-AD di batalyon ini disebabkan oleh karena mendapatkan panggilan perintah yang mendadak, waktunya kurang dengan keluarga, takut jika dalam tugas yang dilaksanakan terjadinya sesuatu, masalah keuangan, belum memiliki pasangan, waktu kerja yang tidak menentu, senioritas yang terkadang dialami, tuntutan untuk selalu siap dalam setiap penugasan dan latihan di batalyon.

Maka dampak yang mereka rasakan dari kecemasan yang dialami yaitu tubuh susah untuk rileks atau beristirahat dengan baik, mengalami gangguan tidur, terkadang kurang fokus, merasa gelisah, jantung suka berdebar-debar, pusing, kram pada otot, dan mudah tersinggung, sulit berpikir sehingga dalam penyelesaian masalah terkadang tidak sesuai dengan keinginan. Dalam kondisi mereka yang dilaporkan, mereka mengatasi masalah yang dialami selama ini hanya dengan merokok, kopi, karaoke, olahraga serius, disiplin tempur, dan hiburan.

Selain itu dalam studi pendahuluan ada wawancara yang dilakukan kepada salah satu komandan dari bagian personil mengatakan bahwa batalyon ini merupakan satuan tempur infanteri yang dimana memiliki tugas dan tanggung jawab yang sangat besar untuk itu pada satuan ini ada konseling yang dilakukan hal ini dilakukan untuk membantu kesiapan

prajurit dalam menjaga keamanan dan kesehatan selain itu setiap prajurit juga ada tes psikologi untuk prajurit yang melaksanakan satgas diseluruh wilayah Indonesia maka sebelum dan sesudah pelaksanaan satgas dilakukan tes psikologis untuk menghindari permasalahan yang bisa ditimbulkan saat bertugas.

Maka peran perawat juga sangat penting dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan yang sangat berpengaruh bagi individu, salah satu peran perawat dalam masalah kesehatan jiwa yaitu perawat memberikan respon verbal yang mendorong rasa aman klien dalam berhubungan dengan orang lain, modifikasi lingkungan dan adanya *support system*. Proses ini dilakukan dengan menggali *support system* dari klien, seperti istri dan keluarga atau rekan kerja (Nurhalimah, 2016).

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan Judul “gambaran tingkat kecemasan pada anggota TNI-AD”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang digambarkan pada latar belakang di atas, maka dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada anggota TNI-AD?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada anggota TNI-AD.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan, status ekonomi, status pernikahan, lama kerja.
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada anggota TNI-AD ditinjau dari karakteristik responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan terutama dibidang kesehatan khususnya keperawatan jiwa tentang gambaran tingkat kecemasan dikomunitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Anggota TNI-AD

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk informasi tentang kecemasan di militer serta sebagai informasi dalam upaya menurunkan kecemasan.

b. Bagi Keperawatan

Hasil penelitian dapat menjadi referensi dalam pembuatan rencana intervensi keperawatan agar perawat dapat memberikan pelayanan yang komprehensif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan klien khususnya pada keperawatan jiwa.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dan sebagai data dasar yang dapat dijadikan pertimbangan terhadap penelitian selanjutnya untuk masalah terkait.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACIMAD YANI
YOGYAKARTA