

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Prajurit yang baru menyelesaikan pendidikan dan dipersiapkan untuk menjadi prajurit, prajurit harus mengikuti orientasi dan pembinaan terlebih dahulu agar mereka memahami dengan baik tugas dan fungsi satuan sehingga nantinya mampu melaksanakan tugas dengan baik sesuai dengan tugas dan fungsi satuan tersebut (Kodam I Bukit Barisan, 2021). Pembinaan dan pembentukan mental yang bisa dilakukan oleh satuan TNI salah satunya adalah "Tradisi Orientasi". Tradisi ini bertujuan agar setiap prajurit mempunyai rasa cinta dan kebanggaan terhadap satuannya serta menumbuhkan rasa percaya diri dalam melaksanakan tugas yang di emban (Muryani, 2021).

Dengan adanya tradisi Orientasi, diharapkan menjadi pengalaman berharga bagi tamtama baru, sehingga dapat menumbuh kembangkan rasa kecintaan dan kebanggaan terhadap satuan ini dan tradisi ini tidak saja dimaksudkan untuk memberikan dorongan semangat dalam melaksanakan tugas yang akan datang, namun juga untuk menanamkan rasa bangga dan pengakuan sebagai prajurit yang disiplin, Setia, dan terhormat (Muryani, 2021).

Sebelum prajurit tamtama masuk Kompi akan diperkenalkan dengan nilai-nilai perjuangan satuan, Pengenalan Tentang Pangkalan Kompi, Pengenalan Karakteristik Senjata, Pengenalan PBB, Mengenal Lebih dekat Pejabat-pejabat dan Seniornya (Kodam I Bukit Barisan, 2021). Tradisi ini

bertujuan agar setiap anggota mempunyai rasa cinta dan kebanggaan terhadap satuannya. Tradisi penerimaan anggota dilaksanakan dengan orientasi kegiatan antara lain melaksanakan Foot Mobility sejauh 10-20 km, melaksanakan Lari Lintas Medan sejauh 5-8 km, melaksanakan Navigasi Dart, ketangkasan Militer (meliputi gerakan perorangan, menembak, halang rintang, semapta A dan B, melatih dan mempermahir Permildas), memberikan pembinaan mental meliputi pembinaan rohani dan pengenalan sejarah satuan, serta pelaksanaan acara tradisi penerimaan anggota di pintu utama diiringi tepuk tangan serta menyanyikan lagu Mars Kavaleri. Tradisi satuan ini berlaku untuk semua personel tanpa membedakan kepangkatan (Buku protap satuan Denkav 4/SP Th. 2015). Dalam pelaksanaan tradisi satuan masih terdapat dampak yang menjadi permasalahan yaitu adanya anggota baru yang mengalami kecemasan berlebihan dalam menghadapi tradisi satuan tersebut (Muhajirin, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 November 2020 dengan sepuluh anggota yang melaksanakan orientasi kompi, tiga orang mengatakan bahwa mereka merasa cemas pada saat awal-awal memasuki kesatuan. Dua orang anggota mengalami gangguan pola tidur seperti terbangun di waktu malam hari, susah untuk masuk tidur dan tidur tidak nyenyak. Lima orang anggota yang diwawancara juga mengatakan kepalanya terasa berat, sakit kepala atau migrein serta sering merasa pusing saat akan memulai kegiatan. Kecemasan juga dirasakan saat mereka mendengarkan cerita bagaimana pengalaman anggota lain yang sudah melaksanakan tradisi satuan. Kecemasan yang dirasakan prajurit

tersebut disebabkan karena banyaknya kegiatan yang harus dilakukan, kurangnya waktu istirahat, latihan fisik yang ekstra, adanya rasa khawatir, rasa ketidaknyamanan karena lingkungan satuan baru, perasaan tegang, pola tidur yang tidak efektif dan perasaan yang tidak pasti

Kecemasan muncul karena seseorang merasa terancam oleh sesuatu yang dianggap menakutkan dan menyakitkan baik yang datang dari luar atau dalam sehingga menimbulkan rasa khawatir dan gelisah sehingga dapat mengganggu kesehatan, ketenangan dan mungkin menimbulkan kekacauan fisik (Safitri & Masykur, 2017). Kecemasan menggambarkan ketakutan tanpa terdapat objek yang jelas diisyarat dengan rasa takut dan perasaan lain yang kurang mengasyikkan, umumnya perasaan ini diringi oleh ketidakpercayaan diri dalam mengalami permasalahan Menurut (Atkinson and Smith, 2010).

Terdapat beberapa faktor pencetus penyebab kecemasan seseorang, diantaranya adalah kondisi biologis, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi atau mempertahankan lingkungan yang didapatkan dari tumbuh kembang dan pengalaman, serta kemampuan beradaptasi terhadap rangsangan, suasana, atau tekanan yang dialami. Perasaan tidak menentu ini biasanya tidak menyenangkan dan menyebabkan perubahan fisik (misalnya gemetar, berkeringat, detak jantung cepat) dan perubahan psikologis (misalnya panik, gugup, kebingungan, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi) (Tjahjaningrum, 2013).

Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kecemasan seseorang adalah lingkungan baru atau lingkungan yang sama sekali tidak pernah

diketahui sebelumnya, lingkungan yang asing identik dengan penuh aturan keras, disiplin tinggi, taat aturan dan tunduk pada atasan serta jiwa juang yang tinggi sesuai dengan tiga santiago yang sudah ditetapkan yaitu sumpah prajurit, sapta marga dan delapanwajib TNI. Proses peralihan budaya militer inilah yang disinyalir sebagai suatu stressor atau tekanan sehingga menimbulkan konflik dalam diri prajurit yang secara terus-menerus akan membentuk kecemasan (Tjahjaningrum, 2013).

Manajemen kecemasan merupakan sebuah upaya untuk mengatasi kecemasan yang mengganggu namun bukan berarti menghilangkan kecemasan, melainkan menguranginya agar tidak menimbulkan hambatan seseorang dalam menjalani kehidupannya. Kecemasan juga dapat dijadikan motivasi seseorang untuk menjadi lebih baik dan positif. Menurut Hayat (2014) mengatasi kecemasan dapat dilakukan dengan teknik relaksasi pernafasan dan relaksasi otot. Relaksasi adalah kegiatan pelepasan otot untuk mengurangi ketegangan pada tubuh (Aufar & Raharjo, 2020). Dengan melakukan relaksasi otot progresif, dapat memberikan ketenangan otot tubuh yang tegang karena kecemasan sehingga membuat emosi menjadi lebih stabil (PH, Daulima, & Mustikasari, 2018). Penelitian ini didukung juga oleh penelitian (Lestari & Yuswiyanti (2015) menunjukkan bahwa teknik relaksasi otot progresif mampu menurunkan kecemasan dan stress pasien. Relaksasi otot progresif dapat membantu seseorang mengendalikan kondisi emosional dan psikologis. Dan telah terbukti efektif untuk mengendalikan kecemasan, stress, hingga depresi yang muncul pada individu (Mutawalli, dkk, 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran kecemasan tamtama dalam menghadapi orientasi kompi di Yonif 527/BY Kabupaten Lumajang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana Gambaran kecemasan tamtama dalam menghadapi orientasi kompi di Yonif 527/BY Kabupaten Lumajang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui Gambaran kecemasan tamtama dalam menghadapi orientasi kompi di Yonif 527/BY Kabupaten Lumajang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Mengembangkan aplikasi ilmu keperawatan terutama tentang Gambaran kecemasan tamtama dalam menghadapi orientasi kompi di Yonif 527/BY Kabupaten Lumajang.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Meningkatkan peran institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian di masyarakat terutama tentang kecemasan tamtama .

#### **2. Bagi Responden**

Sebagai evaluasi diri prajurit tentang kecemasan sehingga mendorong siswa untuk mencari mekanisme coping yang positif.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dalam memberikan pendidikan kesehatan dan dapat dijadikan sebuah acuan untuk penelitian selanjutnya.

