

**FENOMENA KECEMASAN ISTRI TNI-AL YANG
DITINGGAL TUGAS SUAMI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Bidang Ilmu Psikologi (S.Psi)**



PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA	
No. NLAJ D-2009 036 Psi	No. REG. D-2009/PSI/036 ASAL BUKU : TANGGAL :

Oleh :

**KURNIAWAN HARI ISMANTO
NIM. B07205023**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2009**

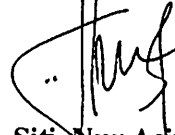
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Kurniawan Hari I ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 20 Juli 2009

Mengetahui

Dosen Pembimbing



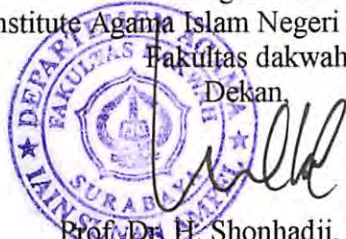
dr. Hj. Siti Nur Asiyah M, Ag
NIP. 197209271996032002

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Kurniwan Hari Ismanto ini telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi

Surabaya, 4 Agustus 2009

Mengesahkan
Institute Agama Islam Negeri Sunan Ampel
Fakultas dakwah
Dekan,



Prof. Dr. H. Shonhadji, Dip. IS
NIP. 194907281967121001

Ketua,




dr. Hj Siti Nur Asiyah M.Ag
NIP. 197209271996032002

Sekretaris



Dra. Ragwan Albaar. M.Fil.I
NIP. 19630301992032002

Penguji I,



Dra. Siti Azizah Rahayu, M.Si.
NIP. 195510071986032001

Penguji II,



Rizma Fitri, S.psi, Msi
NIP. 197403121999032001

Konflik melanda bangsa Indonesia ini meliputi aksi-aksi dari kelompok yang mencoba menggunakan teori dan kekerasan untuk mencapai tujuan tertentu yang diinginkan, sehingga kekuatan militer mungkin dibutuhkan untuk operasi, mulai kondisi damai yang stabil sampai kondisi perang sekalipun.

Dalam mengantisipasi berbagai peristiwa yang mengganggu stabilitas dan keutuhan bangsa Indonesia tersebut diperlukan suatu kekuatan dan pertahanan (Hankam). Tugas pokok ABRI yang manunggal dengan rakyat adalah menjaga suasana aman dan terkendali suatu negara. Kemanunggalan ABRI dengan rakyat adalah modal besar untuk menghadapi segala bentuk ancaman dan tantangan, baik dari dalam maupun luar negeri. ABRI selalu mengambil peran yang sangat menentukan sebagai pembela cita-cita kehidupan bangsa, sehingga anggota ABRI harus selalu siap di tempat tugaskan dimanapun diperlukan meskipun tugas itu sangat berat dan mungkin harus berkorban jiwa dan raga. Sebagai seorang prajurit terkadang juga harus rela berpisah dengan istri dan keluarga yang dicintai demi melaksanakan tugas tersebut. Tugas TNI Angkatan Laut Sesuai Undang-Undang Nomor 34 tahun 2004 Tentang TNI Pasal 9, Angkatan Laut bertugas:

1. Melaksanakan tugas TNI matra laut di bidang pertahanan;
2. Menegakkan hukum dan menjaga keamanan di wilayah laut yurisdiksi nasional sesuai dengan ketentuan hukum nasional dan hukum internasional yang telah diratifikasi;
3. Melaksanakan tugas diplomasi Angkatan Laut dalam rangka mendukung kebijakan politik luar negeri yang ditetapkan oleh pemerintah;

lain. Para istri TNI-AL dituntut kemandiriannya untuk dapat mengurus segala kebutuhan dan masalah yang mungkin timbul dalam keluarga. Terkadang para istri TNI-AL harus mengerjakan pekerjaan-pekerjaan yang mestinya menjadi tanggung jawab kepala rumah tangga dalam hal ini suami.

Pada dasarnya dalam kenyataan hidup sehari-hari tidak ada individu yang betul-betul mandiri secara mutlak. Masalah yang dihadapi oleh individu khususnya istri TNI-AL sangat banyak dan bermacam-macam jenisnya, sehingga para istri TNI-AL diharapkan memiliki kemampuan untuk menjawab dan menyelesaikan segala masalah yang ada, yang biasa saja terjadi ketika suami pergi tugas dinas

kecemasan merupakan suatu keadaan sadar yang dapat dirasakan secara subjektif oleh seseorang tetapi tidak dapat diketahui sebab-sebab yang menimbulkan kecemasan tersebut. yang menjelaskan bahwa kecemasan merupakan rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya yang ditimbulkan oleh bahaya dari luar maupun dari dalam diri seseorang yang umumnya ancaman itu samar-samar dan timbul bila ada sesuatu hal yang tidak dapat ditrimanya.

Kecemasan selalu dialami oleh semua orang dalam tingkatan tertentu. Kecemasan merupakan kekuatan yang besar dalam mengerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang normal maupun tidak normal atau menyimpang. Merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan itu. Kecemasan menyebabkan seseorang putus asa dan tidak berdaya sehingga memengaruhi seluruh kepribadian individu adalah kecemasan negatif.

seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah. Manifestasi yang terjadi pada tingkat ini yaitu kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung dan pernapasan meningkat, ketegangan otot meningkat, bicara cepat dengan volume tinggi, lahan persepsi menyempit, mampu untuk belajar namun tidak optimal, kemampuan konsentrasi menurun, perhatian selektif dan terfokus pada rangsangan yang tidak menambah ansietas, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah dan menangis.

3. Kecemasan berat; Sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Seseorang dengan kecemasan berat cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal lain. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area yang lain. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah mengeluh pusing, sakit kepala, mual, tidak dapat tidur (*insomnia*), sering kencing, diare, palpitasi, lahan persepsi menyempit, tidak mau belajar secara efektif, berfokus pada dirinya sendiri dan keinginan untuk menghilangkan kecemasan tinggi, perasaan tidak berdaya, bingung, disorientasi.
4. Panik; Panik berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror karena mengalami kehilangan kendali. Orang yang sedang panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Tanda dan gejala yang terjadi pada keadaan ini adalah susah bernapas, dilatasi pupil, palpitasi, pucat, *diaphoresis*, pembicaraan *inkoheren*, tidak dapat berespon terhadap

lokasi penelitian, obyek penelitian, subyek penelitian dan metode yang digunakan. Fokus penelitian yang digunakan peneliti adalah kecemasan, sedangkan persamaannya adalah sama-sama mengkaji kecemasan, maka dari itu penelitian ini sangat menarik untuk diteliti.

Berdasarkan perbedaan maupun persamaan penelitian di atas, maka penulis tertarik meneliti tentang fenomena kecemasan istri TNI-AL yang ditinggal tugas suami, karena penelitian tersebut belum pernah dilakukan oleh peneliti lain dan dijamin keasliannya.

peneliti tetap mencoba melakukan pengamatan yang bertujuan untuk memperoleh kelengkapan data atau tambahan dataa yaang tidak diperoleh sebelumnya. Observasi ini dilakukan pada waktu-waktu tertentu yang memungkinkan peneliti memantau kegiatan subyek sehari-hari. mulai dari kebiasaan bergaul, berkomunikasi dengan para tetangga.

Sementara itu wawancara, peneliti melakukan wawancara tambahan bila sewaktu-waktu data yang diperoleh kurang lengkap atau perlu adanya wawancara ulang. Hal ini bertujuan untuk mengkroscek data yang telah diperoleh dan untuk menghindari keraguan-keraguan yang nantinya akan mempersulit dalam analisis data dan keabsahan data.

Wawancara tetap dilakukan dalam bentuk *non formal* atau *fleksibel*. Tujuannya agar data tambahan yang ditargetkan mampu diungkapkan oleh subyek dengan mudah tanpa ada beban tentang wawancara itu sendiri.

Sedangkan dokumentasi lapangan dilakukan untuk mendukung data observasi dan wawancara yang dibentuk dalam kondisi lingkungan dan kondisi sosial di perumahan marinir tersebut. Jika dalam proses observasi di lapangan ditemukan hal-hal yang dianggap sangat penting dalam mendukung data penelitian, maka dokumentasi yang akan berperan, seperti aktifitas keseharian subyek, suasana perumahan, suasana rumah. Sehingga memungkinkan antara data observasi dengan dokumentasi dapat dikroscek langsung. Hal ini bertujuan untuk meminimalkan kesalahan atas ketidak absahan data.

Sementara dokumentasi lapangan dengan wawancara bertujuan sama dengan fungsi kroscek pada observasi. Karena jika ditemukan data verbal dari hasil hasil wawancara maka perlu ada pembuktian langsung kelapangan. Data verbal memang tidak cukup untuk mewakili suara subyek namun perlu adanya bukti yang lain sehingga mampu saling mendukung antara data satu dengan data yang lain.

suami subyek sekarang mendapat tugas keluar daerah ke Aceh dalam misi untuk pengamanan suami subyek berangkat dari rumah kira-kira 1 minggu yang lalu dan lama masa dinasnya kurang lebih 6 bulan ditugaskan kesana, sebelum keberangkatan suami ke Aceh subyek meminta kepada suaminya agar membatalkan keberangkatan suaminya ke Aceh dikarenakan subyek takut akan hal-hal yang buruk terjadi pada suami ketika dalam keberangkatan maupun dalam melaksanakan tugas. Ketika keberangkatan suami ke tempat dinas subyek melepas keberangkatan suami dengan tangisan dikarenakan perasaan sedih jauh dari orang yang dicintai demi tugas, selama perjalanan rombongan pasukan ke Aceh subyek mengalami apa yang dinamakan rasa cemas, akibat rasa takut yang berlebihan kepada keadaan suami ketika dalam perjalanan mengakibatkan subyek gelisah, sering melamun dan kehilangan konsentrasi.

Pada saat perjalanan menuju Aceh suaminya memberitahukan kalau perjalanannya sedikit terganggu akibat adanya badai sepotan subyek mengalami perubahan fisik akibat kaget mendengar kabar dari suami subyek berfikir macam-macam takut akan suami terjadi apa-apa, kapal yang ditumpanginya tenggelam akibat badai, semua rasa takut tersebut mengakibatkan subyek mengalami gangguan fisik badan subyek gemeteran, jantung berdebar-debar, keluar keringat dingin. Subyek mencoba menghubungi suami lewat ponsel suami tetapi tidak tersambung mungkin akibat badai karena telepon subyek tidak tersambung ke suaminya subyek sepotan badannya menjadi lemas, kaki tangan tidak bisa digerakkan. Hari hari

- peneliti : Begini bu saya sedang mengerjakan tugas akhir kuliah judul saya berkaitan dengan fenomena kecemasan seorang istri TNI yang ditinggal tugas suami
- subyek : Ya..silkan mas ada yang perlu ditanyakan
- peneliti : Kalau boleh saya tau bapak sekarang sedang ditugaskan kemana buk ?
- subyek : Oh... bapak sekarang ditugaskan ke Aceh mas mengamankan daerah sana (sambil mengendong anak)
- peneliti : Kalau boleh tau bapak dinasnya dimana ?
- Subyek : Dikarang pilang mas di Yon Prof (yonif profos) bagian Banpur
- Peneliti : Maaf buk Banpur tu apa?
- subyek : Banpur itu bagian peralatan tempur mas. Bagian senjata
- Peneliti : Berapa lama bapak ditugaskan di aceh dan kapan berangkatnya buk
- subyek : 1 minggu yang lalu mas suami saya berangkat ? dan masalah berapa lamanya ya 6 bulan mas ditugaskan kesana .
- Peneliti : Bagaimana perasaan ibuk ketika suami mendapatkan surat tugas ke aceh untuk pengamanan disana?
- subyek : Oalah mas namanya suami tugas jauh dari rumah dari keluarga apalagi anaknya masi kecil-kecil baru berusia 2 tahun kurang, yang jelas ya sedih suami jauh dari rumah
- Peneliti : Apakah ibu tidak khawatir bapak dinas jauh dari rumah

- Subyek : Perasaan ya takut mas, kuatir, malah saya bilang ke suami saya jangan berangkat apa gak bisa di batalin ta ?
- Peneliti :Terus waktu bapak berangkat ibuk juga ikut mengantar keberangkatannya?
- subyek : Saya tidak ikut menganter mas saya gak kuat
- peneliti : bagaimana perasaan yang ibu rasakan waktu bapak bejabat tangan waktu berangkat ?
- subyek : Waktu itu mas sesek rasanya dada ini baru pertama kali ini suami saya ditugaskan jauh kayak seperti ini mikir gak karuan pokoknya
- Peneliti :Setelah bapak berangkat ibuk merasakan apa? apakah ibuk merasa takut atas kepergian bapak
- subyek : Ya jelas mas takut yo apa lagi waktu bapak sudah berangkat, saya memikirkan suami saya yang biasanya jam segini masi dikantor sibuk dengan administrasinya sekarang berangkat berlayar, yang saya takutkan kayak yang terjadi di TV dilaut banyak kapal tenggelam akibat kesalahan manusianya sendiri.
- Peneliti : Kan bapak Marinir bu' pasti bisa berenang kalau terjadi hal-hal yang membahayakan ?
- subyek : Meskipun pelaut mas bisa renang namanya nasib ? apalagi kemaren ketika bapak memberi kabar kalau di laut sedang ada badai ! aduh mas ibu bingung setengah mati.
- Peneliti : Bingung setengah mati kenapa buk
- subyek : Ya waktu ada badai itu

3. Hasil wawancara dengan subyek kedua

Ibu Sri (nama samaran) adalah ibu rumah tangga yang usianya kurang lebih 33 tahun menikah dengan suaminya 5 tahun yang lalu Serma Munir berusia 35 tahun. Subyek adalah ibu rumah tangga mengurus rumah suami subyek serma Munir (nama samaran) mendapatkan surat perintah untuk menjaga keamanan di Papua karena disana sedang ada konflik suami subyek ditugaskan di Papua selama 3 bulan dan berangkatnya 3 minggu yang lalu.

Subyek sering mengalami ketakutan dikarenakan subyek jauh dari suami, ditambah lagi subyek mengetahui lokasi dinas suami adalah didalam hutan rimba Papua sehingga sedikit banyak subyek selalu cemas dan khawatir tentang kondisi suami didalam hutan ketakutan-ketakuta subyek kepada kondisi suami menyebabkan subyek mengalami apa yang dinamakan cemas diantaranya ciri fisik kecemasan yang dialami subyek kegelisahan yang terus menerus, selalu gugup, tangan dan anggota tubuh lainnya mengeluarkan keringatan dingin, banyak berkeringat dan selalu tegang. Suami subyek jarang sekali memberikan kabar dikarenakan medan yang berbukit-bukit sehingga alat komunikasi sulit akibat terhalang oleh bukit untuk berkomunikasi diperlukan usaha untuk mendaki gunung untuk mendapatkan signal. Subyek sering termenung kehilangan konsentrasi, kehilangan fokus perhatian sehingga barang apa saja yang beliau ambil selalu jatuh, selain ketakutan akan kondisi suami subyek juga khawatir terhadap kondisi kesehatan suami soalnya banyak berita di televisi kalau hutan Papua terkenal keganasannya mulai dari medan yang ganas terlebih ganas lagi adalah serangan nyamuk malaria, banyak jatuh

korban dari akibat gigitan nyamuk tersebut setengah kompi dari brimob Papua, dan juga setengah kompi dari angkatan darat, dari informasi tersebut subyek merasakan ketidak nyamanan dalam beraktifitas sehari-hari subyek mengalami susah tidur, kehilangan nafsu makan sehingga mengakibatkan subyek terlihat pucat dan kurang semangat. Setiap malam subyek selalu menagis mengkhawatirkan keadan suami tercinta sedang apa suami apa yang dilakukan suami sekarang apakah sekarang sudah makan, tidurnya dimana hal tersebut membuat subyek susah untuk tidur dan dibayang-bayangi rasa gelisah. Di Papua merupakan suatu daerah yang dijadikan terget untuk diamankan soalnya disana sering terjadi konflik, tidak herang kalau dipedalam hutan kadang kala terjadi gencatan senjata antara ABRI dan kelompok bintang kejora yang memnginginkan Papua untuk merdeka dan lepas dari NKRI, hal tersebut tentunya tidak diinginkan oleh siapapun terutama bangsa indonesia tentunya Indonesi akan kehilangan aset terbesar kekayaan budaya Indonesia, sumberdaya alam bumi Papua yang belum dimanfaatkan secara global, masi banyak aset-aset diPapua misala Papua kaya aka hasil tambangny emas, perak dan kekayaan bahan mineral di bumi Papua sangat melimpah yang belum sempat digali dikarenakan aset menuju Papua dan tempat-tempat potensi sulit dilewati dikarenakan medan yang ber bukit-bukit sehingga mempersulit akses kesana dan terlebih jeleknya masi sedikit infestor yang melirik tanah Papua sebagai tempat investasi yanf menjanjikan.

Keadaan rumah tangga subyek sedikit terganggu dikarenak berubah fungsi dalam rumah tangga yang dimana setiap harinya subyek berperan sebagai ibu

- Subyek** : Papa dinas ke Papua dik
- Peneliti** : Misinya dalam rangka apa buk kesana ?
- Subyek** : Katanya untuk meredam konflik disana ?
- Peneliti** : Kapan bapak berangkat ke Papua.
- Subyek** : 3 minngu yang lalu mas dapat surat dari Pusdik Yon prof (yonif profos) untuk ditugaskan kesana
- Peneliti** : Berapa lama waktunya te dinas disana ?
- Subyek** : 3 bulan dik dari sekarang
- Peneliti** : Apakah tante tidak takut suami dinas jauh ke Papua? Di Papua kan masi ada sering terjadi konflik
- Subyek** : Jujur ya dik tante tu duuuuh takut banget papa dinas disana selain orang Papua kayak gimana ? yang paling bikin tante ngeri papa ditugaskan di bukan di kotanya melainkan di dalam hutan jauh dari rumah penduduk, ngeri banget tante membayanginnya.
- Peneliti** : Apakah suami tante sering menghubungi tante ?
- Subyek** : Jarang banget adik dilokasi sana alat komunikasi susah digunakan gak ada signal, harus jalan berjam-jam untuk menuju tempat yang ada area signalnya. Itu yang bikin tante khawatir mengenai keadaan suami saya.
- Peneliti** : Apakah tante merasa cemas apa tidak ketika suami tante tidak mengasi kabar ke tante.
- Subyek** : Ya cemas banget minggu-minggu awal tante soalnya tante baru pertamakali ini ditinggal dinas jauh dulu sebelum jadi perwira papa

Subyek : Ada adik, komandan suami saya menelpon bawahannya untuk memberitahukan ke seluruh keluarga prajurit bahwa semua personel dari TNI-AI baik-baik semua tidak ada yang luka selamat semuanya malamnya suami menelpon saya memberi tau kalau dirinya baik-baik saja dan tidak usah khawatir terhadap dirinya. saya seponatan lega adik, tante juga heran kenapa tante bisa begini soalnya tante ini dulu tidak pernah namanya susah soalnya tante anak terakhir jadi banyak dimanja sama orang tua tante.

Peneliti : Apakah tante punya pengalaman buruk waktu kecilnya tante mengenai kecemasan ini sehingga tante bisa seperti ini ketika ditinggal suami, padahal tugas untuk Negara itu yang utama dan keluarga itu nomor 2.

Subyek : Pengalaman buruk pada masa kecil si tidak ada, Cuma perasaan tante aja yang terlalu serasa tante, dulu waktu tante menikah tante sudah memikirkan resiko jadi istri prajurit selain istri di nomor duakan tugas negara diutamakan, tante sudah menanamkan dalam diri saya kudu ikhlas menerima kondisi tersebut, tapi realitanya dilapangan berbeda saya tidak bisa menipu hati kecil saya adik.

Peneliti : Selain itu apakah tante juga mendapatkan kabar lagi dari suami setelah konflik tersebut.

Subyek : Oh Iya dik suami saya setelah dapat 5 hari dari konflik tersebut suami saya memberi tahu kalau dari anggota TNI-AD dan dari brimob ada yang meninggal akibat keganasan alam Papua, terutama

5. Hasil wawancara dengan subyek ke tiga

Subyek usianya 29 tahun menikah dengan suaminya Lettu Hari (nama samaran) yang usianya 33 tahun menikah 5 tahun yang lalu dan baru mendapat momongan seorang putra yang usianya baru menginjak ± 1 tahun, beliau tinggal sendiri bersama anaknya di perumahan Marinir. Sedangkan kegiatan sehari-hari subyek adalah ibu rumah tangga mengurus rumah dan mengasuh anak. Suami subyek dikirim ke Timika Papua untuk mengamankan wilayah freeport suami subyek mendapatkan tugas untuk menjaga keamanan di timika selama kurang lebih 8 bulan, dan berangkat 3 bulan yang lalu subyek dibilang baru perdana sehingga subyek mengantar kepergian suami dengan isak tangis, perpisahan sementara atau untuk selamanya yang tidak jelas membuat subyek menjadi sedih dan berfikiran campuraduk menjadi satu antara rasa takut akan nasib suami kalau terjadi sesuatu hal, dan juga perasaan yang tidak masuk akal.

Keseharian subyek tidak bisa lepas dari Hp (telpon genggam) karena alat komunikasi tersebut yang bisa digunakan untuk berkomunikasi dengan suami, selama perjalanan suami ke Timika subyek selalu memikirkan suami apakah suaminya sudah makan, sedang melakukan apa sekarang terlebih subyek memiliki sifat pencemburu jadi kepergian suami membikin subyek merasa tidak tenang dikarenakan terlalu banyak pikiran. Subyek mengalami gejala fisik kecemasan ketika mendapat kabar dari suaminya lewat pesan singkat perjalanan terganggu akibat cuaca yang buruk di daerah Maluku seponitan subyek duduk terdiam, badan lemes dan tidak bertenaga, subyek mencoba

- Peneliti : Saya ingin wawancara sebentar dengan ibuk, apakah ibu punya waktu sebentar
- subyek : Ya.....silahkan ada yang bisa saya bantu mas
- peneliti : Begini bu saya sedang mengerjakan tugas akhir kuliah judul saya berkaitan dengan fenomena kecemasan seorang istri TNI yang ditinggal tugas suami
- subyek : Ya..silahkan mas ada yang perlu ditanyakan
- peneliti : Kalau boleh tau bapak sekarang dinas dimana ya buk ?
- subyek : Bapak di dinaskan ke timika untuk misi pengamanan.
- peneliti : Apakah bapak sudah lama berangkatnya buk
- subyek : Bapak sudah 3 minggu yang lalu
- peneliti : Pasti bapak menangani kasus freeport ya buk
- Subyek : Iya mas mengamankan wilayah masuk ke sana
- Peneliti : Berpa lama bapak ditugaskan kesana
- Subyek : 8 bulan mas ditugaskan kesana !
- Peneliti : Bagaimana perasaan ibuk ketika ditinggal tugas bapak ? apakah ibuk sering ditinggal tugas dinas keluar daerah ?
- Subyek : Kalu ibu pribadi ibuk sedih banget suami jauh dari saya, ibuk baru pertamakali ini mas ditinggal dinas bapak jauh
- Peneliti : Apakah ibu tidak khawatir terhadap suami ibuk yang dinas jauh disana missal tentang kondisi medan disana ?

- Subyek : Ibu kuatir banget mas waktu keberangkatan suami ke Papua saya ikut mengantar ke perak bersama ibu-ibu yang lain yang saya pikirkan semoga cepat pulang suami saya dari tugasnya tersebut.
- Peneliti : Apakah ibu tidak merasa cemas waktu kepergian bapak yang bisa dibbilang perdana bagi ibuk.
- Subyek : Selama pacaran bapak belum pernah dinas jauh, jujur saja saya tidak kuat menahan rasa sedih dan haru makanya saya melepas keberangkatan suami saya dengan perasaan tidak karuan!
- Peneliti : Perasaan tidak karuan yang bagai mana buk selain rasa sedih yang mendalam apakah ibu pernah mengalami apa yang dinamakan gugup tau apalah yang berkaitan dengan gejala fisik misal jantung berdetak kencang mungkin
- Subyek : Tidak karuan ya mikir yang macem-macem mas bagai mana waktu perjalanan jika ada bahaya dilaut, bapak makan apa di kapal laut, pernah mas ibu waktu bapak sudah berlayar ibu jadi kepikiran terus sama bapak tentang keadaannya sekarang, ya mengakibatkan ibu gugup mohon maaf ibu pengen ke belakang melulu sedikit-sedikit pengen kebelakang, pikiran selalu dihantui perasaan takut kalau terjadi bahaya dalam perjalanannya dilaut, ibu tidak bisa yang nanamanya lepas dari Hp (*handpone*) hp terus saya pegang untuk mengetahui kondisi suami saya, apalagi saya orangnya pencemburu banget mas jadi kepergian suami tambah bikin saya tidak tenang dan mikir yang macem-macem

sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustrasi karena pilihan hidup yang telah dilakukannya.

Faktor internal tugas subyek sebagai ibu rumah tangga yang pekerjaan rumah selalu adasaja tidak ada habis-habisnya selalu berkutit di rumah sehingga menyebabkan mereka mengalami *overload* atau *hot reactor*.

Penyebab kecemasan pada subyek kedua adalah *Fear (Ketakutan)* kecemasan sering timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalan menimbulkan kecemasan, ketakutan yang subyek rasakan adalah ketakutan akan perpisahan dengan suami tercinta yang berada jauh dari rumah, ketakutan akan keadaan suami dalam perjalanan menuju lokasi tempat dinas, komunikasi dengan suami terhambat dikarenakan medan okasi suami belum terjangkau signal. Ketakutan akan situasi medan tempat suami dinas yang dimana situasi tersebut sangat berbahaya dikarenakan lokasinya didalam hutan dan serangan nyamuk malaria dan juga takut kalau suami selingkuh.

Faktor *internal* tugas subyek sebagai ibu rumah tangga yang pekerjaan rumah selalu adasaja tidak ada habis-habisnya selalu berkutit di rumah sehingga menyebabkan mereka mengalami *overload* atau *hot reactor*.

Faktor *eksternal* tugas seorang istri sebagai ibu rumah tangga yang dimana subyek setiap harinya mengurus rumah merawat anak menyiapkan perlengkapan suami dan anak sebagai bentuk pengabdian kepada keluarga sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan

dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustrasi karena pilihan hidup yang telah dilakukannya.

Sedangkan penyebab kecemasan yang dialami oleh subyek ketiga adalah *Fear* (Ketakutan) kecemasan sering timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalan menimbulkan kecemasan, ketakutan yang subyek rasakan adalah ketakutan akan perpisahan dengan suami tercinta yang berada jauh dari rumah, ketakutan akan keadaan suami dalam perjalanan menuju lokasi tempat dinas yang sempat mengalami gangguan akibat cuaca, lokasi dinas suami yang sering kali didapati sesekali ada gencatan senjata.

Faktor *eksternal* tugas seorang istri sebagai ibu rumah tangga yang dimana subyek setiap harinya mengurus rumah merawat anak menyiapkan perlengkapan suami dan anak sebagai bentuk pengabdian kepada keluarga sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustrasi karena pilihan hidup yang telah dilakukannya.

Faktor *internal* tugas subyek sebagai ibu rumah tangga yang pekerjaan rumah selalu adasaja tidak ada habis-habisnya selalu berkutit di rumah sehingga menyebabkan mereka mengalami overload atau hot reactor.

Dalam menghadapi kecemasan secara sadar atau tidak sadar seseorang akan melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri tersebut merupakan bentuk suatu reaksi kecemasan yang dapat dinyatakan dalam bentuk reaksi fisik dan reaksi psikis. Seseorang yang menderita gangguan kecemasan umum hidup tiap hari dalam ketegangan tinggi, secara samara-samar merasa takut atau

dingin, kaki tangan subyek lemas tidak bisa digerakkan, kehilangan nafsu makan, subyek mengalami gangguan susah tidur, gelisah, wajah subyek terlihat nampak pucat. Selain gejala fisiologis subyek juga mengalami gejala emosional subyek menyatakan kalau dirinya selalu dalam perasaan ketakutan karena khawatir terhadap keadaan suami, gelisah, gugup, selalu tegang ketika mendapat kabar yang tidak menyenangkan, tidak dapat *rileks*, mudah marah, sering menangis. Subyek juga mengalami gejala kognitif subyek seringkali terlihat melamun duduk termenung, sering kehilangan daya konsentrasi .

Sedangkan gejala kecemasan yang dialami subyek kedua adalah mengalami gejala fisiologis badan subyek gemetaran, jantung berdetak keras, keluar keringat dingin, kaki tangan subyek lemas tidak bisa digerakkan, gelisah, kehilangan nafsu makan, sulit untuk tidur, wajah subyek terlihat nampak pucat. Selain gejala fisiologis subyek juga mengalami gejala emosional subyek menyatakan kalau dirinya selalu dalam perasaan ketakutan karena khawatir terhadap keadaan suami, gelisah, gugup, selalu tegang ketika mendapat kabar yang tidak menyenangkan, tidak dapat *rileks*, mudah marah, sering menangis. Subyek juga mengalami gejala kognitif subyek seringkali terlihat melamun duduk termenung, sering kehilangan daya konsentrasi, susah untuk fokus setiap barang yang hendak beliau ambil selalu jatuh.

Sedangkan gejala kecemasan yang dialami subyek ketiga adalah mengalami gejala fisiologis badan subyek gemetaran, jantung berdetak keras, keluar keringat dingin, kaki tangan subyek lemas tidak bisa digerakkan, gelisah, wajah subyek terlihat nampak pucat. Selain gejala fisiologis subyek

juga mengalami gejala emosional subyek menyatakan kalau dirinya selalu dalam perasaan ketakutan karena khawatir terhadap keadaan suami, gelisah, gugup, selalu tegang ketika mendapat kabar yang tidak menyenangkan , tidak dapat rileks, mudah marah, sering menangis. Subyek juga mengalami gejala kognitif subyek seringkali terlihat melamun duduk termenung, sering kehilangan daya konsentrasi .

- Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, PT Remaja Rosdakarya Bandung, 2008
- Mustafa, Hasan. 2000. *Teknik Sampling*. www.home.unpar.ac.id (diakses tanggal 26 April 2009)
- Rita L. Atkinson, dkk *Pegantar psikologi*, edisi ke 11 jilid 2 penerbit interaksara.tkk
- Salito wirawan, sarwono, *psikologi social psikologi kelompok dan psikologi terapan*, (Jakarta: balai pustaka, 2005) cetakan ke-3
- Siswanto. *Analisis dan Pengolahan Data Kualitatif*. Media Litbang Kesehatan. Vol. XV, 2005
- Supratikna. A. *mengenal perilaku abnormal* (Yogyakarta, kanisius). 1995
- Sukardi Dewa ketut, *pengantar teory konseling* (Jakarta : Ghalia Indonesia,) 1985
- Tuwu. Alimudin, *Pengantar Metode Penelitian*, Jakarta : UI-Pess, 1993
- Kusuma, widjaja. *Dari A sampai Z kedaruratan psikiatrik dalam praktek*. Profesional books. Jakarta. 1997
- Nevid, Jeffry. S. dkk. *PSIKOLOGI ABNORMAL*. Edisi ke 5 jilid 1. Airlangga. 2005
- Wiramiharjda. Sutardjo. *Psikologi Abnormal*. PT. Refika Aditama. 2005