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)



KURNIAWAN HARI ISMANTO NIM. B07205023

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Kurni wai. Hari I ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 20 Juli 2009

Mengetahui

Dosen Rembimbing

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 Aganta Islam Negeri Sunan Ampel

Hakultas dakwah

Dekan,

of 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,

0

<u>Rizma Fitri, S.psi, Msi</u> NIP. 197403121999032001

ABSTRAK

Kurniawan Hari Ismanto, NIM B07205023, 2009. Fenomena Kecemasan Istri TNI-Al Yang Sedang Ditinggal Tugas Suami. Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah Iain Sunan Amper Surabaya

Kata kunci : Fenomena Kecemasan, Penyebab dan Gejala Kecemasan

Seorang perajurit TNI-AL memilki tugas yang sangat berat dalam mengatasi berbagai macam peristiwa yang mengganggu stabilitas dan keutuhan bangsa Indonesia tersebut diperlukan satuan kekuatan pertahanan dan keamanan. Tugas seorang ABRI bersama masyarakat adalah menjaga suasana aman dan terkendali. Sehingga anggota ABRI harus siap dan bersedia ditempatkan dimanapun diperlukan seorang prajurit harus rela mengorbankan jiwa dan raganya, sebagai seorang prajurit terkadang harus berpisah dengan keluarga tercinta demi melaksanakan tugasnya tersebut.

Kepergian suami bagi istri prajurit merupakan hal yang tidak menyenangkan dikarenakan harus berpisah jauh dengan orang yang dicintai, akibat kepergian suami dalam jangka waktu yang lama dan kondisi dalam rumah tangga menyebabkan para istri mengalami fenomena kecemasan.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui fenomena kecemasan yang dialami istri TNI-AL yang ditinggal tugas suami.

Untuk mengungkap persoalan tersebut secara menyeluruh dan mendalam, dalam metode ini peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif yang datanya berupa kata-kata atau narasi yang memungkinkan mengungkap segala hal yang tidak mungkin mampu ditunjukkan penelitian kuantitatif

Pada hasil penelitian ini peneliti mendapatkan data bahwa kecemasan istri TNI-Al timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan nasib suami, kondisi suami waktu di tempat dinas, sedangkan gejala yang ditimbulkan dari perasaan ketakutan tersebut diantaranya menunjukkan Gejala fisiologis yang dirasakan oleh para subyek diataranya tangan gemetaran, jantung berdebardebar, berkeringat seluruh tubuh, tangan dan kaki lemas, muka pucat, kehilangan nafsu makan Gejala emosional subyek mengatakan merasa ketakutan, tidak berdaya, gugup, tegang, tidak dapat rileks, subyek juga memperlihatkan peka terhadap rangsangan, tidak sabar, mudah marah, menangis.

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	ii
PENGESAHAN PEMBIMBING	iv
ABSTRAK	v
	vi
	vii
	1
A. Latar belakang masalah.	1
B. Rumusan masalah	7
C. Tujuan penelitian	8
	8
	8
F. Sistematika pembahasan	_
BAB II : KERANGKA TEORITIK	
A. Kajian Pustaka	
	11
	16
3. penyebab kecemasan	21
B. Kerangka Teori	
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	21
BAB III: METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan jenis penelitian	30
B. Subyek penelitian	
C. Jenis dan sumber data	
D. Tahap-tahap penelitian	
E. Tehnik pengumpulan data	
F. Tehnik analisis data	
G. Tehnik keabsahan data	
BAB IV: PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA	
A. Setting Penelitian	43
1. Gambaran Penelitian (setting) Lokasi	43
2. Gambaran Penelitian (setting) Subyek	44
B. Penyajian data	51
1. Hasil Wawancara Dengan Subyek Pertama	51
2. Hasi Wawancara Dengan Tetangga Dekat Subyek Pertama	
3. Hasil Wawancara Dengan Subyek Kedua	59
4. Hasi Wawancara Dengan Tetangga Dekat Subyek Kedua	67
5. Hasil Wawancara Dengan Subyek Ketiga	68
6. Hasi Wawancara Dengan tetangga Dekat Subyek Ketiga	
7. Catatan Hasil Lapangan	
C. Analisis data	
D. Pembahasan.	
	86

A. Kesimpulan	86
B. Saran	
DAFTAR PUSTAKA	
I.AMPIRAN	

BABI

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Masalah-masalah yang dihadapi bangsa Indonesia saat ini bertambah rumit sejalan dengan meningkatnya pembangunan dan ditambah lagi saat ini bangsa Indonesia sedang dilanda krisis yang berkepanjangan, baik krisis ekonomi, politik, dan kepercayaan. Hal ini menyebabkan kondisi bangsa Indonesia semakin terpuruk dengan negara-negara lain yang sedang berkembang. Kerusuhan dan kerusakan terjadi akibat luapan ketidak puasan rakyat terhadap pemerintah. Konflik adalah pertentangan antara dua pihak atau lebih, konflik dapat terjadi antar individu, antar kelompok kecil bahkan bangsa dan negara. Dampak konflik pada umumnya negatif, peristiwa-peristiwa tersebut antara lain adalah konflik etnis dan agama di Ambon, Maluku dan Kalimantan barat, serta demo-demo para buruh maupun mahasiswa yang kesemuanya dapat menganggu stabilitas keamanan bangsa Indonesia. ¹

Konflik itu sendiri sering berasal dari kompetisi wilayah soal sumberdaya yang semakin di perburuk oleh perlakuan manusia digabungkan dengan kepentingan politik, ekonomi, agama, etnik, nasionalistik, bahasa maupun lingkungan hidup.

¹ Salito wirawan sarwono, psikologi social psikologi kelompok dan psikologi terapan,(Jakarta: balai pustaka,2005) cetakan ke-3 hal 129-130

Konflik melanda bangsa Indonesia ini meliputi aksi-aksi dari kelompok yang mencoba menngunakan 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, sehinga 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;
- 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;

- 4. Melaksanakan tugas TNI dalam pembangunan dan pengembangan kekuatan matra laut;
- 5. Melaksanakan pemberdayaan wilayah pertahanan laut.²

Tugas yang diberikan pada anggota ABRI ini kadang dapat menimbulkan kecemasan yang juga banyak dialami khususnya oleh prajurit TNI- Angkatan laut (TNI-AL) yang seringkali pergi dinas dari suatu darah ke daerah lain dalam jangka waktu yang lama dan bahkan sampai berbulan-bulan.

Situasi tugas para suami tersebut dapat berdampak kecemasan pada para istri yang ditinggalkan karena wanita mempunyai resiko yang lebih besar untuk mempunyai resiko yang lebih besar untuk mengalami kecemasan. Kekawatiran dan kecemasan terkadang ikut mewarnai kehidupannya. Kekawatiran ini tentunya berhubungan dengan resiko yang diemban suami setiap kali bertugas Selain kepulangan yang tidak pasti, pekerjaan suami yang terkadang mengharuskan suami tidak pulang berbulan-bulan sampai bertahun-tahun dapat menimbulkan kekawatiran pada istri. Tingkah laku yang ditunjukkan istri untuk meredam rasa khawatir bisa bervariasi. Terkadang cara-cara yang dilakukan oleh istri-istri tentara belum mampu meredam rasa kekawatiran yang muncul pada diri istri tentara sehingga akibatnya istri menjadi sulit tidur, sulit berkonsentrasi sampai jantung berdebar. Pemunculan tingkah laku dan perubahan kondisi fisik ini

². http://www.tnial.mil.id./majalah/cakrawala/artikelCakrawala (diakses tgl 9 april 2009)

dikarenakan adanya rasa khawatir, takut, cemas pada diri istri tentara. Rasa khawatir seperti ini dalam psikologi dikenal dengan istilah kecemasan.³

Kecemasan yang dialami oleh para istri pelaut TNI-AL ini apabila sifatnya mendalam dan terus-menerus akan dapat menyebabkan terganggunya fungsi tubuh, emosi dan tingkah laku. Kecemasan dalam derajat tertentu ketika seseorang tidak dapat mengatasi kecemasan yang muncul akan dapat menyebabkan seseorang putus asa dan tidak berdaya sehingga mempengaruhi seluruh kepribadian Para istri pelaut TNI-AL yang ditinggal tugas berlayar suami juga dapat mengalami gangguan fungsi tubuh, emosi dan kepribadian apabila derajat kecemasan yang dialami sangat akut. Para istri pelaut dapat saja mengalami gangguan fungsi tubuh seperti serangan jantung, darah tinggi, magh dan lain-lain yang secara langsung mengganggu fungsi hidup dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Para istri pelaut TNI-AL menjadi sulit berkonsentrasi dan tidak dapat menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan apabila kecemasan yang dialami itu sifatnya sudah mendalam dan terus-menerus. Terganggunya fungsi tubuh, emosi dan kepribadian yang secara langsung mempengaruhi fungsi hidup dalam melakukan kegiatan ini juga akan mempengaruhi tanggung jawab istri yang menggantikan peran suami yang sedang bertugas.

Para istri TNI-AL harus mempunyai kesiapan dan kemampuan diri untuk mengurus rumah tangga apabila suami pergi tugas berlayar atau dinas ke tempat

³. http://one.indoskripsi.com/judul-skripsi/psikologi/apakah-ada-perbedaan-antara-tingkat-kecemasan-ditinjau-dari-orientasi-locus-(diakses tgl 25 april 2009)

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 tudak ada individu yang betul-betul mandiri secara mutlak. Masalah yang dihadapi oleh individu khususnya istri TNI-AL sangat bayak 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 menjelasakan 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 sehigga memepengaruhi seluruh kepribadian individu adalah kecemasan negatif.

Kecemasan merupakan rasa ketidak mampuan seseorang dalam menghadapi problem hidup yang ditimbulkan oleh akibat adanya ancaman terhadap posisi dan rencana hidup, ancaman tidak akan tercapainya atau ambisi besar, perasaan bersalah dan berdosa secara berlebihan dan adanya perasaan takut akan terulang kembali peristiwa traumatik. Kecemasan yang timbul pada diri seseorang mungkin akan menjadi ketakutan yang hebat sehingga menjadikan perasaan yang tidak berkembang dan dapat mematikan perasaan orang tersebut. kecemasan adalah suatu reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya yang tidak nyata atau imaginer dimana reaksi ini muncul bersama pengalaman otonom dan subyektif yang dirasakan sebagai ketegangan, ketakutan dan kegelisahan⁵

Setiap orang pasti pernah mengalami perpisahan untuk sementara maupun untuk selamanya. Banyak faktor yang menyebabkan orang harus berpisah, antara lain kematian, kepindahan ataupun pisah tugas karena suatu pekerjaan. Perpisahan bagi siapasaja menjadi sumber ketegangan, apalagi perpisahan karena ditinggal tugas yang sering terjadi dikalangan militer khususnya TNI-AL.

Pisah tugas bagi pelaut TNI-AL merupakan suatu keadaan dimana seseorang suami harus meninggalkan (istri dan anak) untuk melaksanakan tugas berlayar atau dinas ke daerah lain, bagi prajurit TNI-AL merupakan hal yang biasa dan diwajibkan untuk melaksanakan tugas berlayar berbulan-bulan, demikian pula

⁴ http://www.nbc4i.com/cmh/news/local/article/self_test_for_anxiety/13959/(diakses tgl 25 april 2009)

⁵ http://one.indoskripsi.com/judul-skripsi/psikologi/apakah-ada-perbedaan-antara-tingkat-kecemasan-ditinjau-dari-orientasi-locus-(diakses tgl 25 april 2009)

halnya istri para prjurit TNI-AL. suami yang tidak ada dirumah dalam jangka waktu yang lama akan membawa banyak masalah pada keluarga yang ditinggalkan karena hal tersebut berkaitan erat dengan adanya perubahan fungsi beserta tanggungjawab selama suami tidak berada dirumah untuk melaksanakan tugas.

Uraian diatas menggambarkan bahwa adanya fenomena kecemasan istri TNI-Al yang ditinggal tugas berlayar sampai berbulan-bulan adalah hal yang biasa bagi istri para prajurit TNI-AL. perpisahan dengan suami dapat menyebabkan timbulnya ketegangan atau kecemasan pada para istri pelaut TNI-AL karena adanya kemungkinan resiko kehilangan suami untuk selama-lamanya dan adanya perubahan fungsi keluarga beserta tanggung jawab selama suami pergi tugas berlayar kemungkinan munculnya berbagai persoalan keluarga. Dengan mengacu pada fenomena di atas, melalui penelitian ini bermaksud untuk menggali lebih dalam kecemasan yang terjadi pada istri prajurit yang sedang ditinggal suami untuk menjalankan tugas sebagai abdi negara.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut: Fenomena Kecemasan yang dialami istri TNI-AL ketika ditinggal tugas suami.

C. TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui fenomena kecemasan yang dialami istri TNI-AL yang ditinggal tugas suami.

D. MANFAAT PENELITIAN

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

Manfaat teoritis, hasil penelitian ini diharapkan akan dapat memberikan bahan pemikiran dan informasi untuk mengembangkan ilmu psikologi pada umumnya

Manfaat praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran kepada keluarga ABRI pada umumnya TNI-AL pada khususnya umtuk menekan kecemasan dan mengantisipasi hal-hal yang mungkin timbul sebagai akibat dari kecemasan istri yang ditinggal tugas oleh suami

E. DEFINISI KONSEP

Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam.

Kecemasan dapat didefininisikan suatu keadaan perasaan keprihatinan, rasa gelisah, ketidak tentuan, atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau, atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau dikenal.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yang menyatakan terjadinya hiperaktifitas sistem syaraf otonom. Kecemasan adalah gejala yang tidak spesifik yang sering ditemukan dan sering kali merupakan suatu emosi yang normal. Kecemasan adalah respon terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak diketahui, internal, samar-samar atau konfliktual.

Kecemasan merupakan suatu perasaan subyektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu ini pada umumnya tidak menyenangkan dan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis (misal gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat) dan psikologis (misal panik, tegang, bingung, tidak bisa berkonsentrasi).

F. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

BAB I : PENDAHULUAN

Terdiri dari subbab, Latar belakang masalah, Rumusan masalah, Tujuan penelitian, Manfaat penelitian, Devinisi konsep, Sistematika pembahasan.

BAB II : KERANGKA TEORITIK

Terdiri dari subbab, Kajian pustaka, Kajian teoritik, Penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III : METODE PENELITIAN

Terdiri dari subbab Metode penelitian, Subyek penelitian, Jenis dan sumber dataTahap-tahap penelitian,Teknik pengumpulan data, Teknik analisis data, Teknik pemeriksaan keabsahan data.

BAB IV : PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

Terdiri dari subbab Setting penelitian, Penyajian data, Analisis data, Pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Terdiri dari subbab Simpulan, Saran.

BAB II

KERANGKA TEORITIK

A. KAJIAN PUSTAKA

1 Pengertian Kecemasan

Kecemasan atau dalam bahasa Inggrisnya " anxiety" berasal dari bahasa latin "angustus" yang berarti kaku, dan "ango, anci" yang berarti mencekik. kecemasan adalah suatu pengalaman perasaan yang menyakitkan yang ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan alam alat-alat indra dalam tubuh. Ketegangan-ketegangan ini adalah akibat dari dorongan-dorongan dari dalam ataupun diri luar dan dikuasai oleh susunan syaraf yang otonom. 1

kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan dengan istilah-istilah seperti kekawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda².

Kecemasan merupakan salah satu unsur emosi yang pernah dialami oleh seorang wanita di dalam kehidupannya, karena suatu pengalaman baru yang dijumpai dalam kehidupan ini tidak selalu menyenangkan, tetapi ada kalanya muncul situasi yang membawa kecemasan. Penyebab timbulnya kecemasan pada wanita sukar diperkirakan dengan tepat. Hal ini disebabkan oleh adanya sifat subjektif dari kecemasan, yaitu bahwa kejadian atau pengalaman seorang wanita yang sama belum tentu dirasakan sama pula oleh wanita lain, dengan kata lain suatu rangsang atau kejadian dengan kualitas dan kuantitas yang

http://etd.eprints.ums.ac.id/905/1/J220060011.pdf (diakses tgl 25 april 2009)
 Rita L. Atkinson, dkk. Pegantar pdikologi,edisi ke 11 jilid2 penerbit interaksara.tkk

sama dapat diinterpretasikan secara berbeda antara wanita yang satu dengan wanita yang lainnya³.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yang menyatakan terjadinya hiperaktivitas system saraf otonom. Kecemasan adalah gejala tidak spesifik yang sering ditemukan dan seringkali merupakan suatu emosi yang normal.⁴

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan yang berbentuk ketegangan, kegelisahan, tertekan, yang disertai dengan gejala-gejala fisiologis, misalnya sakit kepala, nyeri pada pinggang, sesak nafas, sakit perut, mual, dan lain-lain.⁵

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 diterimanya.

Kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi, banyak hal yang harus dicemaskan misal,

³ http://pembaharuankeluarga.wordpress.com/2009/01/02/kecemasan-1(diakses tgl 9 april

⁴ Kusuma, widjaja. Dari A sampai Z kedaruratan psikiatrik dalam praktek.profesional books.jakarta.1997. hlm 231

http://pembaharuankeluarga.wordpress.com/2009/01/02/kecemasan-1/ (diakses tgl 9 april 2009)

kesehatan kita, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang dapat menjadi sumber kekhawatiran⁶.

Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila sepertinya datang tanpa ada penyebabnya-yaitu, bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuknya yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu fungsi kita dalam aktifitas seharihari.7

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 sehigga mempengaruhi seluruh kepribadian individu adalah kecemasan negatif.

Kecemasan merupakan rasa ketidak mampuan seseorang dalam menghadapi problem hidup yang ditimbulkan oleh akibat adanya ancaman terhadap posisi dan rencana hidup, ancaman tidak akan tercapainya atau ambisi besar, perasaan bersalah dan berdosa secara berlebihan dan adanya perasaan takut akan terulang kembali peristiwa traumatik. Kecemasan yang timbul pada diri seseorang mungkin akan menjadi ketakutan yang hebat sehingga menjadikan perasaan yang tidak berkembang dan dapat mematikan

⁶ Nevid, Jeffry. S. *Psikologi Abnormal*. Edisi ke 5 jilid 1. Airlangga 2005 hlm 163
⁷ Ibid h 163

perasaan orang tersebut. 8 Kecemasan adalah suatu reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya yang tidak nyata atau imaginer dimana reaksi ini muncul bersama pengalaman otonom dan subyektif yang dirasakan sebagai ketegangan, ketakutan dan kegelisahan⁹

Ada beberapa jenis gangguan kecemasan gangguan kecemasan umum (generalized anxiety disorder) atau keadaan cemas (anxiety states). Pada kasus ini, penderita menunjukkan simtom-simtom sebagai berikut. 10

- 1) Senatiasa diliputi ketegangan, rasa was-was dan keresahan yang tak menentu
- 2) Terlalu peka (mudah tersinggung) dalam pergaulan, sering minder, depresi serba sedih.
- 3) Sulit berkonsentrasi dan mengambil keputusan, serba takut salah
- 4) Rasa tegang menjadikan yang bersangkutan tegang lamban, bereaksi berlebihan terhadap rangsangan yang datang secara tiba-tiba.
- 5) Sering mengeluh bahwa ototnya tegang, khususnya pada leher, dan sekitar bagian atas bahu, mengalami diare ringan yang kronik, sering buang air kecil, dan menderita gangguan tidur berupa insomia dan mimpi buruk.
- 6) Mengeluarkan banyak keringat dan telapak tangannya sering basah.
- 7) Sering berdebar-debar dan tekanan darahnya tinggi.
- 8) Sering mengalami gangguan pernafasan dan berdebar-debar tanpa alasan yang jelas.

9 http://one.indoskripsi.com/judul-skripsi/psikologi/apakah-ada-perbedaan-antara-tingkatkecemasan-ditinjau-dari-orientasi-locus-(diakses tgl 25 april 2009)

10 ... Supratikna. A mengenal perilaku abnormal (yogyakarta, kanisius). 1995 hlm 39

⁸ http://www.nbc4i.com/cmh/news/local/article/self_test_for_anxiety/13959/ (diakses tgl

9) Sering mengalami "anxiety attacks" atau tiba-tiba cemas tanpa ada sebab pemicunya yang jelas, dejalanya dapat berupa berdebar-debar, sulit bernafas, berkeringat, pingsan badan terasa dingin, terkencing-kencing, sakit perut.11

Gangguan kecemasan merupakan suatu gangguan yang memiliki ciri kecemasan atau ketakutan yang tidak realistik dan tidak dapat secara inensif ditampilkan dalam cara-cara yang jelas. Untuk menerangkan hal ini terlebih dahulu dikemukakan mengenai gaya neorotik, ada dua hal penting dalam gaya neorotik ini, yaitu inti neorotik berupa perasaan mengenai dirinya dalam keadan darurat sehingga melakukan tindakan dan membangun sikap yang bertentangan dengan proses penyembuhan yang sesungguhnya. 12

Devinisi Neurosa kecemasan ialah suatu tipe neurosa dengan simtom rangsangan/sebab khusus : sifatnya kronis dan mendalam, serta memepengarui daerah-daerah penting dari kehidupan seseorang. Penderita terus menerus dalam ketakutan dan kecemasan sungguhpun tidak ada rangsangan yang dan hampir setiap kejadian spesifik, adasaja yang mencemaskan, menimbulkan rasa takut-cemas, misal takut mati, takut kalau jadi gila dan macam-macam ketakutan yang tidak bisa dikategorikan atau dimasukkan pada phobia. Jika ketakutan-ketakutan tersebut selalu kronis dan dalam waktu yang cukup lamama maka hal ini bisa menyebabkan timbulnya penyakit tekanan darah tinggi atau HYPERTENSI dan TACHYCARDIA (percepatan tinggi dari darah).

Supratikna. A mengenal perilaku abnormal (yogyakarta, kanisius). 1995 hlm 39-40
 Wiramiharjda. Sutardjo. Psikologi Abnormal. PT.Refika Aditama. 2005 hlm 123

2. Gejala Kecemasan

Bagi orang yang sedang mengalami kecemasan pasti memiliki atau muncul gejala-gejala diantaranya. Emosinya tidak setabil ia suka marah dan sering dalam keadaan excited (dalam keadaan bergairah, heboh, gempar, gelisah sekali) memuncak sangat irritable (mudah tersinggung), tetapi juga sering dihinggapi depresi, diikuti oleh macam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan rasa dikejar-kejar. Sering merasa mual dan muntah. Badanya selalu merasa mual dan muntah, badannya selalu merasa lelah, sesak nafas banyak berkeringat, bergemetaran dan sering menderita diare.

Selalu dipenuhi ketegangan-ketegangan emosional, serta bayangan-bayangan kesulitan yang imaginer yang "Denkbeelding" (yang ada hanya dalam khayalan saja). Ada tekanan-tekanan jantung yang cepat dan ketakutan-ketakutan walau tanpa disebabkan oleh stimulus khusus.

Dalam menghadapi kecemasan secara sadar atau tidak sadar seseorang akan melakukan penyesuaian diri. Penyesuain 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 cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung beraksi secara belebihan terhadap stres yang ringan pun. Susah untuk santai, mengalami gangguan tidur, kelelahan, nyeri kepala, pening dan jantung berdebar-debar adalah keluhan fisik yang sering ditemukan.¹³

¹³ Rita L. Atkinson, dkk. Pegantar pdikologi, edisi ke 11 jilid2 penerbit interaksara tkk

Tanda dan gejala kecemasan Menurut Carpenito (2001), sindrom kecemasan berfariasi tergantung tingkat kecemasan yang dialami seseorang, yang manifestasi gejalanya terdiri dari¹⁴:

- 1) Gejala fisiologis: Peningkatan frekuensi nadi, tekanan darah, nafsu, gemetar, mual muntah, sering berkemih, diare, insomnia, kelelahan dan kelemahan, kemerahan atau pucat pada wajah, mulut kering, nyeri (dada, punggung dan leher), gelisah, pingsan dan pusing.
- 2) Gejala emosional: Individu mengatakan merasa ketakutan, tidak berdaya, gugup, kehilangan percaya diri, tegang, tidak dapat rileks, individu juga memperlihatkan peka terhadap rangsang, tidak sabar, mudah marah, menangis, cenderung menyalahkan orang lain, mengkritik diri sendiri dan orang lain.
- 3) Gejala kognitif: Tidak mampu berkonsentrasi, kurangnya orientasi lingkungan, pelupa (ketidakmampuan untuk mengingat) dan perhatian yang berlebihan.

3. Penyebab Kecemasan

Penyebab atau Sumber kecemasan yang bersifat internal berasal dari dalam diri individu, tidak memiliki keyakinan akan kemampuan diri dapat menimbulkan kecemasan. Sedangkan sumber kecemasan yang bersifat eksternal berasal dari lingkungan. Perubahan yang terjadi pada lingkungan

¹⁴ http:// kecemasan\internet kecemasan\Ansietas _ blog.rusari.com_files (diakses taggal 23april 2009)

terjadi secara cepat dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan dalam diri individu, hal inilah yang dapat memicu timbulnya kecemasan.

Faktor penyebab timbulnya kecemasan bahwa kecemasan timbul karena adanya: 15

- Threat (Ancaman) baik ancaman terhadap tubuh, jiwa atau psikisnya (seperti kehilangan kemerdekaan, kehilangan arti kehidupan) maupun ancaman terhadap eksistensinya (seperti kehilangan hak).
- Conflik (Pertentangan) yaitu karena adanya dua keinginan yang keadaannya bertolak belakang, hampir setiap dua konflik, dua alternatif atau lebih yang masing-masing yang mempunyai ifat approach dan avoidance.
- 3. Fear (Ketakutan) kecemasan sering timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalan menimbulkan kecemasan, misalnya ketakutan akan kegagalan dalam mengahadapi ujian atau ketakutan akan penolakan menimbulkan kecemasn setiap kali harus berhadapan dengan orang baru.
- Unfulled Need (Kebutuhan yang tidak terpenuhi) kebutuhan manusia begitu kompleks dan bila ia gagal untuk memenuhinya maka timbullah kecemasan.

15 http// Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan - wangmuba.com (diakses taggal 10 april 2009)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Faktor-faktor penyebab kecemasan dapat digolongkan menjadi:

- Faktor Kognitif. Kecemasan dapat timbul sebagai akibat dari antisipasi harapan akan situasi yang menakutkan dan pernah menimbulkan situasi yang menimbulkan rasa sakit, maka apabila ia dihadapkan pada peristiwa yang sama ia akan merasakan kecemasan sebagai reaksi atas adanya bahaya.
- 2. Faktor Lingkungan. Salah satu penyebab munculnya kecemasan adalah dari hubungan-hubungan dan ditentukan langsung oleh kondisi-kondisi, adat-istiadat, dan nilai-nilai dalam masyarakat. Kecemasan dalam kadar terberat dirasakan sebagai akibat dari perubahan sosial yang amat cepat, dimana tanpa persiapan yang cukup, seseorang tiba-tiba saja sudah dilanda perubahan dan terbenam dalam situasi-situasi baru yang terus menerus berubah. Dimana perubahan ini merupakan peristiwa yang mengenai seluruh lingkungan kehidupan, maka seseorang akan sulit membebaskan dirinya dari pengalaman yang mencemaskan ini.
- Faktor Proses Belajar. Kecemasan timbul sebagai akibat dari proses belajar. Manusia mempelajari respon terhadap stimulus yang memperingatkan adanya peristiwa berbahaya dan menyakitkan yang akan segera terjadi.

Pada dasarnya ada dua faktor yang menyebabkan kecemasan pada wanita, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tugas dan peranan wanita dalam rumah tangga dengan berbagai permasalahannya. tekanan setiap hari yang tidak pernah berakhir di rumah,

mengatur jadwal kewajiban mereka terhadap anak-anak, masyarakat, kehidupan religius dan tanggung jawab pekerjaan, menyebabkan mereka mengalami overload atau hot reactor¹⁶.

Faktor eksternal, yaitu pengabdian diri seorang wanita terhadap suami dan anak-anak menyebabkan ia sendiri tidak memiliki waktu untuk diri sendiri. Akibatnya ia merasa kosong, marah, dan frustasi karena pilihan hidup yang telah dilakukannya. 17

Reaksi cemas memang wajar bila disebabkan oleh keadaan yang menimbulkan stres yang jelas. Namun kalau reaksi itu bersifat kronik dan dapat timbul oleh stressor yang sangat biasa sekalipun, misalnya berada dalam keadaan gelap, maka reaksi tersebut dapat disebut neurotik. Ada beberapa sebab munculnya gangguan kecemasan yang bersifat neorotik:

- 1. Modeling yaitu mencontoh orang tua yang memiliki sifat tegang dan pencemas.
- dorongan-dorongan dapat mengendalikan yang 2. Tidakmampu "membahayakan" atau mengancam ego seperti: rasa bermusuhan terhadap seseorang, dorongan-dorongan seks, dsb.
- 3. Membuat keputusan-keputusan yang menimbulkan kecemasan.
- Munculnya kembali trauma psikologis yang pernah dialami masa lalu.¹⁸

¹⁶. http://pembaharuankeluarga.wordpress.com/2009/01/02/kecemasan-1/ (diakses tgl 9 april

¹⁸ Supratikna. A mengenal perilaku abnormal(yogyakarta,kanisius). 1995 hlm 39-40

Sebab-sebab Anxiety Neurosis.

- Ketakutan yang terus-menerus disebabkan oleh kesusahan-kesusahan kegagalan yang datang bertubi-tubi.
- Dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapat kepuasan dan terhambat hingga mengakibatkan timbulnya konflik-konflik batin.(Freud)
- Kecendrungan-kecendrungan kesadaran diri-sendiri yang terhalang.
 (Alder)
- 4. Represi terhadap macam-macam masalah emosional tapi tidak bisa berlangsung secara sempurna (inkomplek)¹⁹

B. KAJIAN TEORI

Kecemasan merupakan rasa ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi problem hidup yang ditimbulkan oleh akibat adanya ancaman terhadap posisi dan rencana hidup, ancaman tidak akan tercapainya atau ambisi besar, perasaan bersalah dan berdosa secara berlebihan dan adanya perasaan takut akan terulang kembali peristiwa traumatik. Kecemasan yang timbul pada diri seseorang mungkin akan menjadi ketakutan yang hebat sehingga menjadikan perasaan yang tidak berkembang dan dapat mematikan perasaan orang tersebut.

Anxietas/kecemasan (Anxiety) adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi, banyak hal yang harus dicemaskan misal, kesehatan kita, relasi sosial, ujian, karir, relasi

¹⁹ Kartono.kartini. psikologi abnormal dan abnormalitas seksual. Cv.Mandar maju.Bandung. 1989 hlm 127-128

internasional dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang dapat menjadi sumber kekhawatiran²⁰. Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila sepertinya datang tanpa ada penyebabnya yaitu, bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuknya yang ekstrim, kecemasan dapat mengganggu fingsi kita sehari-hari²¹.

Beberapa ciri kecemasan, ciri fisik dari kecemasan: Kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh bergemetaran, sensasi dari pita ketat yang mengikat sekitar dahi, kekencangan pada pori-pori kulit perut atau dada, banyak berkeringat, telapak tangan berkeringat, sulit bicara, sulit untuk bernafas dengan lancar, bernafas pendek, jantuk berdetak keras atau berdetak kencang, suara yang bergetar, jari-jari atau anggota tubuh menjadi dingin, kepala pusing, merasa lemas dan mati rasa, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher dan pinggul terasa kaku, sensasi seperti tercekik atau tertahan, tangan yang dingin dan lembab, terdapat ganguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, wajah terasa memerah, diare, merasa sensitive dan mudah marah²².

Ciri-ciri behavioral dari kecemasan diantaranya: perilaku menghindar, perilaku melekat dan dipenden, perilaku terguncang.²³ Gelisah, tremor, gugup, bicara cepat dan tidak ada koordinasi, menarik diri, menghindar²⁴

Nevid, Jeffry. S. Psikologi Abnormal. Edisi ke 5 jilid 1. Airlangga 2005 hlm 163
 Ibid hlm 163
 Ibid hlm 164

²³Nevid, Jeffry. S.dkk. Psikologi Abnormal. Edisi ke 5 jilid 1. Airlangga. 2005 hlm 164

Ciri-ciri kognitif dari kecemasan antara lain: khawatir tentang sesuatu, perasaan tegang akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yan terjadi dimasa depan, keyakinan akan sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, terpaku pada sensasi ketubuhan, sangat waspada pada sensasi ketubuhan,merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit atau tidak mendapat perhatian, ketakutan akan kehilangan kontrol, ketakutan akan ketidakmampuan untuk menyelesaikan masalah, berpikir bahwa dunia akan mengalami keruntuhan, berpikir bahwa dunia mengalami keruntuhan, berpikir bahwa semuanya lagi tidak bisa dikendalikan, khawatir terhadap hal-hal yang sepele, berpikir tentang hal yang mengganggu yang sama secara berulang-ulang, khawatir ditinggal sendirian, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran.²⁵ Gangguan perhatian, konsentrasi hilang, mudah lupa, salah tafsir, bloking, bingung, lapangan persepsi menurun, kesadaran diri yang berlebihan, kawatir yang berlebihan, obyektifitas menurun, takut kecelakaan, takut mati dan lain-lain²⁶.

Penderita yang berada dalam kecemasan biasanya memiliki gejala-gejala yang khas dan terbagi dalam beberapa fase, yaitu²⁷:

a. Fase 1

Keadan fisik sebagaimana pada fase reaksi peringatan, maka tubuh mempersiapkan diri untuk fight (berjuang), atau flight (lari secepat-cepatnya).

²⁴ http://perawatpskiatri.blogspot.com/2009/03/teori-kecemasan.html (diakses tgl 12 april

Nevid, Jeffry. S.dkk. Psikologi Abnormal. Edisi ke 5 jilid 1. Airlangga.2005 hlm 164 http://perawatpskiatri.blogspot.com/2009/03/teori-kecemasan.html (diakses tgl 12 april

^{2009) 27} http://perawatpskiatri.blogspot.com/2009/03/teori-kecemasan.html (diakses tgl 12 april 2009)

Pada fase ini tubuh merasakan tidak enak sebagai akibat dari peningkatan sekresi hormon adrenalin dan non adrenalin.

Oleh karena itu, maka gejala adanya kecemasan dapat berupa rasa tegang di otot dan kelelahan, terutama di otot-otot dada, leher dan punggung. Dalam persiapannya untuk berjuang, menyebabkan otot akan menjadi lebih kaku dan akibatnya akan menimbulkan nyeri otot dada, leher dan punggung. Ketegangan dari kelompok agonis dan antagonis akan menimbulkan tremor dan gemetar yang dengan mudah dapat dilihat pada jari-jari tangan. Pada fase ini kecemasan merupakan mekanisme peningkatan dari sistem syaraf yang mengingatkan kita bahwa system syaraf fungsinya mulai gagal mengolah informasi yang ada secara benar.

b. Fase 2 (dua)

Disamping gejala klinis seperti pada fase satu, seperti gelisah, ketegangan otot, gangguan tidur dan keluhan perut, penderita juga mulai tidak bisa mengontrol emosinya dan tidak ada motifasi diri.

Labilitas emosi dapat bermanifestasi mudah menangis tanpa sebab, yang beberapa saat kemudian menjadi tertawa. Mudah menangis yang berkaitan dengan stres mudah diketahui. Akan tetapi kadang-kadang dari cara tertawa yang agak keras dapat menunjukkan tanda adanya gangguan kecemasan fase dua. Kehilangan motivasi diri bisa terlihat pada keadaan seperti seseorang yang menjatuhkan barang ke tanah, kemudian ia berdiam diri saja beberapa lama dengan hanya melihat barang yang jatuh tanpa berbuat sesuatu.

c. Fase 3

Keadaan kecemasan fase satu dan dua yang tidak teratasi sedangkan stresor tetap saja berlanjut, penderita akan jatuh kedalam kecemasan fase tiga. Berbeda dengan gejala-gejala yang terlihat pada fase satu dan dua yang mudah di identifikasi kaitannya dengan stres, gejala kecemasan pada fase tiga umumnya berupa perubahan dalam tingkah laku dan umumnya tidak mudah terlihat kaitannya dengan stres. Pada fase tiga ini dapat terlihat gejala seperti : intoleransi dengan rangsang sensoris, kehilangan kemampuan toleransi terhadap sesuatu yang sebelumnya telah mampu ia tolerir, gangguan reaksi terhadap sesuatu yang sepintas terlihat sebagai gangguan kepribadian.

Klasifikasi Tingkat Kecemasan. Ada empat tingkat kecemasan, yaitu ringan, sedang, berat dan panik²⁸.

- 1. Kecemasan ringan; Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah kelelahan, iritabel (mudah tersinggung), lapang persepsi meningkat, kesadaran tinggi, mampu untuk belajar, motivasi meningkat dan tingkah laku sesuai situasi.
- Kecemasan sedang; Memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada masalah yang penting dan mengesampingkan yang lain sehingga

 $^{28}\,http://perawatpskiatri.blogspot.com/2009/03/teori-kecemasan.html (diakses tgl 9 april 2009)$

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, nausea, 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

perintah yang sederhana, berteriak, menjerit, mengalami halusinasi dan delusi.

C. PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN

Lilia Puspita Ningtias (2005), Pengaruh Kepuasan Terhadap Kecemasan Tentang Menopause, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Dari analisis data yang digunakan diperoleh hasil bahwa ada pengaruh yang sangat signifikan (F=43,025; Sig=0,000) antara kepuasan perkawinan terhadap kecemasan wanita menopause semakin berkurang. Adapun sumbangan efektif kepuasan perkawinan sebesar 56,6% artinya ada faktor lain yang mempengaruhi kecemasan wanita menopause²⁹.

Shohib, Muhammad, S.Psi, M.Si (2005). Pengaruh Self Efficacy
Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Lingkungan Baru pada Mahasiswa
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 20052006. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 71 orang (54,2 %)
mahasiswa yang mempunyai self efficacy tinggi dan sisanya 60 orang (45,8 %) mempunyai self efficacy rendah. Sedangkan kecemasan menghadapi
lingkungan baru mahasiswa Fakultas Psikologi UMM tergolong rendah yaitu
14 orang (10,7 %) dan sisanya 117 orang (89,3 %) mempunyai kecenderungan tinggi. Hasil analisa regresi menunjukkan ada pengaruh yang signifikan self efficacy terhadap kecemasan menghadapi lingkungan baru (F

²⁹ http://pembaharuankeluarga. Wordpress.com/2009/01/02kecemasan1 (diakses 20 april 2009)

= 781,228; P = 0,000) dengan taraf signifikan 5 %. Adapun sumbangan efekti variable *self efficacy* terhadap kecemasan menghadapi lingkungan baru sebesar 85,8 %. Ini berarti masih ada 14,2 % kecemasan menghadapi lingkungan baru dipengaruhi oleh variable lain, seperti adanya dukungan social dan kematangan emosi³⁰.

Hudoyoko.Wahyu,(2002) Judul: Faktor Stresor Psikososial Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Usia Lanjut Pensiunan Anggota Pwri Ranting Parakan. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besr responden dengan jenis kelamin laki-laki 83,51%, dengan kelompok umur 60-69 tahun 69,07%, tingkat pendidikan responden sebagian besar tamat SLTP 47,42%, golongan kepangkatan responden sebagian besar golongan II sebesar 48,85% dan lama pensiun responden sebagian besar kurang dari 5 tahun yaitu 42,27%. Proporsi prevalensi kecemasan cenderung lebih banyak terjadi pada jenis kelamin perempuan, kelompok umur 60-69 tahun (usia lanjut dini), pendidikan yang lebih tinggi, golongan pangkat yang lebih tinggi dan pada pensiunan yang baru saja menjalani pensiun (< 1 tahun). Berdasarkan uji Chi Square dan korelasi produk moment diketahui ada hubungan antara lama pensiun dengan kecemasan dengan p=0,004 dan ada hubungan stessor psikososial dengan kecemasan dengan p=0,000 serta r_{vv}=0.528³¹.

Dari berbagai macam hasil peneliti di atas mempunyai perbedaan dan persamaan dalam penelitian yang peneliti gunakan, perbedaannya meliputi

³⁰ http://wangmuba.com/2009/02/13/pengertian-kecemasan (diakses 20 april 2009)

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.

BAB III

METODE PENELITIAN

A Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yakni suatu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data berupa kata-kata, narasi atau kalimat dari hasil pengumpulan data atau melalui studi pustaka dan studi lapangan. Adapun jenis penelitiannya menggunakan studi deskriptif, yakni menyajikan data dalam bentuk narasi yang saling berkaitan dan mempunyai bobot informasi yang memadai.

Berkaitan dengan fenomena kecemaasan, penelitian dengan menggunakan metode kualitatif peneliti akan mendapatkan informasi tentang fenomena kecemasan yang dialami istri para prajurit TNI-Al yang ditinggal tugas suami. Yang dilakukan dengan cara observasi langsung pada subyek yang diteliti, interview secara mendalam sera pendokumentasian lapangan secara langsung dengan objek yang bersangkutan. Dalam hal ini peneliti memiliki hubungan kedekatan emosional secara mendalam terhadap beberapa subyek yang bersangkutan, sehingga dalam pengambilan informasi lewat observasi dan wawancara serta pendokumentasian kemungkinan akan lebih mudah.

Dalam penelitian ini, fenomena kecemasan istri prajurit TNI-Al yang ditinggal tugas dinas suami akan dipaparkan dalam bebtuk narasi yang

¹Dwiyanto, Djoko. *Metode Kualitatif: Penerapannya dalam Penelitian*. www.inparametric.com (diakses tanggal 26 April 2009)

diperoleh dari lapangan yang sumber informasinya dari subyek yang bersangkutan. Narasi ini akan menggambarkan fenomena apasaja yang terjadi pada para istri TNI-Al ketika ditinggal dinas, pendekatan kualitatif lebih mewakili dalam memaparkan fenomena tersebut karena dalam bahasan masalah ini perlu adanya penggalian data secara mendalam untuk mengetahui informasi secara tepat, selain itu dalam bentuk deskriptif lebih mewakili dan mempunyai kemampuan untuk menggali lebih dalam keterangan dari subyek dari pada menggunakan metode kuantitatif, maka fenomena kecemasan istri prajurit TNI-AL hanya dipaparkan pada permukaannya saja tidak secara mendalam. Sebaliknya berbeda jika menggunakan metode kualitatif deskriptif yang memungkinkan mengungkap segala hal yang tidak mungkin mampu ditunjukkan penelitian kuantitatif.

B. Subyek Penelitian

Adapun lokasi yang nantinya digunakan sebagai tempat penelitian adalah rumah dinas TNI-AL KOLATMAR.

Lokasinya terletak di Bhumi Marinir Gunungsari golf, perumahan marinir. Adapun letak georafisnya di sebelah barat berbatasan dengan komplek perumahan Darmo sentosa raya, sebelah timur berbatasan dengan hotel singgasana, sebelah utara berbatasan dengan bukit mas, sedangkan disebelah selatan berbatasan dengan gerbang tol gunungsari. Di dalam kompleks perumahan tersebut ada sebuah bangunan berlantai 6 disebut flep yaitu rumah huni untuk prajurit TNI-AL yang berpangkat perwira. Adapun

yang menempati perumahan tersebut adalah dari berbagai pangkat dan tempat dinas dan kesatuan yang berbeda, ada yang berpangkat perwira, bintara, tamtama.

Peneliti memilih golf 8 sebagai subyek penelitian dikarenakan diwilayah tersebut didapati ada beberapa penghuni yang posisi suaminya sedang dinas ke luar pulau, selain dari observasi peneliti juga mendapat informasi dari ketua RT dan Ibu-ibu perumahan tersebut siapasaja di perumahan tersebut yang suaminya sedang dinas keluar dearah.

Kelebihan lain dari penentuan lokasi ini adalah kemudahan dalam mengakses informasi, mengingat penulis tinggal di perumahan tersebut bersama kakak dan juga ikut berperan serta dalam anggota karang taruna dan ikut serta dalam kegiatan sosial yang dilaksanakan di perumahan tersebut sehingga penulis memiliki ikatan emosional yang cukup kuat terhadap warga perumahan tersebut, selain itu, adanya faktor kedekatan dengan para ibu-ibu perwira dan sekretaris dari organisasi kewanitaan ibu-ibu marinir yang terangkum dalam organisasi JALASENASTRI, sehingga penulis mengetahui sedikit banyak cukup kenal dengan warga perumahan tersebut oleh karena itu penulis yakin mampu mengeksplorkan tentang fenomena kecemasan para istri TNI-Al.

C. Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data verbal yang berasal dari wawancara dan observasi, selain itu didukung oleh dokumentasi lapangan berupa foto-foto. Dokumentasi lapangan tersebut masih berhubungan dengan data penelitian yang berupa bukti atas kondisi perumahan Marinir tersebut.

Menurut lofland (1984:4) menjelaskan bahwa sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata dan tindakan dan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain.²

Adapun sumber data diperoleh dari observasi pengamatan di perumahan tersebut manasaja dari penghuni perumahan tersebut yang suaminya sedang melaksanakan tugas dinas keluar daerah. Selain dari pengamatan penulis juga mendapatkan informasi dari ketua RT setempat yang sering mendata warganya untuk melakukan kegiatan kerja bakti, dengan membagikan kartu hadir untuk kerja bakti di komplek setiap 1minggu sekali ketua RT darai pembagian kartu ke tiap-tiap rumah ketua RT bisa melacak keberadaan warganya tersebut.

Sementara untuk penjaringan data diperoleh dari pengamatan dan informasi dari warga sekitar, jumlah rumah dalam komplek golf 8 tersebut terdapat 60 rumah tentunya juga terdapat 60 kepala keluraga, dari kesekian banyak subyek hanya dapat terjaring (3) tiga subyek saja dikarenakan ketiga subyek tersebut sedang ditinggal tugas suami ke luar daerah dalam waktu yang cukup lama. Penelitian kualitataif harus mempunyai kemampuan yang cukup baik dalam menyeleksi sample, senantiasa dalam memperbesar sampel dan

² Lexy J. moleong. metodologi penelitian kualitataif,h 112

tidak segan-segan untuk meninggalkan sampel yang dipandang tidak perlu dan usang teknik ini dikenal dengan teknik (*Snowball*) bola salju³.

D. Tahap-tahap penelitian

a. Tahap Pra-Lapangan

1. Menyusun rancangan penelitian.

Pada tahap ini peneliti memilh topik penelitian fenomena kecemasan istri TNI-AL yang ditinggal tugas dinas suami karena seorang prajurit memmilikitugas yang sangat berat dalam menjaga keamanan negara kesatuan Indonesia ini,sehingga para prajurit harus rela dikirim kemedan pertempuran dimanapun tempatnya.

1. Memilih lapangan penelitian

Peneliti memilih lokasi di perumahan KOLATMAR (komando latihan Marinir) gunungsari dikarenakan peneliti juga tinggal disitu dan peneliti mengetahui bahwa ada berbagai macam pangkat dari bebagai macam kesatuan yang tinggal di perum tersebut ada yang dari pelaut, dan juga Marinir.

2. Mengurus perizinan

Sebelum penulis melakukan penelitian,penulis meminta surat keterangan penelitian dari fakultas untuk diberikan kepada pihak terkait guna untuk penguat bahwa penulis bener-benar melakukan penelitian. Setelah surat izin penelitian dibuat penulis memberikan

³ Burhan bungin, metodologi penelitian social format-format kuantitatif dan kualitataif h

kepada ketua RT/RW setempat selaku pihak terkait yang mengkoordinatori perumahan tersebut.

3. Menjajaki dan menilai lapangan

Maksud dari menjajaki dan menilai lapangan penulis berusaha mengenal segala unsur lingkungan sosial, fisik dan keadaan alam sekitar adat istiadat konteks kebudayaan, kebiasaan-kebiasaan. menjajaki lapangan mengetahui ini penulis hal Dalam untuk mempermudah sehari-hari, gunanya kebiasaannya beradaptasi dengan lingkungan perumahan Marinir sehingga penulis bisa menyiapkan diri untuk bisa menjadi bagian dari anggota kelompok masyarakat tersebut. Dan juga penulis bisa menyiapkan perlatan apasaja yang dibutuhkan dalam penelitiannya tersebut.

4. Memilih dan memanfatkan informan

Penulis memanfaatkan ketua RT dan ibu-ibu warga setempat untuk memberikan informasi yang terkait dengan latar penelitian dan sebagai media untuk bisa menyatu atau membenamkan diri pada warga perumahan dinas Marinir. Tujuannya untuk menggali lebih dalam dan dalam waktu yang relatif singkat banyak informan yang akan terjaring. Jadi informan bisa dijadikan sampling internal karena informan dimanfaatkan untuk berbicara dan bertukar pikiran, atau membandingkan suatu fenomena yang ditemukan. Selain itu penulis juga bisa memetakan siapa saja subyek yang

layak diteliti selain dari pengamatan sendiri juga dari hasil pengamatan dari informan.

5. Menyiapkan perlengkapan penelitian

Selain menyiapkan kesiapan fisik penenulis juga menyiapkan perlengkapan penelitian berupa kertas bolpoint dan camera untuk pendokumentasian, penulis tidak perlu mengeluarkan biaya dalam penelitian tersebut dikarenekan akses yang cukup mudah ditambah lagi peneliti juga tinggal di perumahan tersebut.

6. Persoalan etika penelitian

Pada saat melakukan penelitian peneliti harus benar-benar memperhatikan etika supaya antara peneliti dan subyek tidak merasa terganggu.

Dalam hal etika penulis tidak menemui kesulitan dikarenakan tidak ada suatu peraturan yang memberatkan penulis untuk diikuti dikarenakan kebiasaan adat-istiadat yang diikuti penulis atau yang dipatuhi sama dengan adat-istiadat didaerah tersebut. Dalam hal ini penulis harus wajib untuk mengikuti peraturan yang berlaku di daerah tersebut dikarenakan subyek sebagai raja bagi penulis karena itu penulis harus sabar dan tetep ajeg untuk megikuti peraturan tersebut untuk memperoleh kelancaran dalam penelitian tersebut. Penulis mengambil waktu untuk observai dan wawancara pada waktu senggang ibu-ibu yaitu pukul 09.00-20.00 Wib

b. Tahap Pekerjaan Lapangan

1. Memahami latar penelitian dan persiapan diri

Dalam hal ini penulis meneliti kecemasan yang dialami istri TNI-Al sebagai latar penelitian, jadi penulis harus menjalin hubungan yang sekiranya cukup dekat dengan subyek untuk membuat subyek merasa enjoy ketika diberi pertanyaan seputar kecemasan yang dialami dengan dirinya, oleh karena itu penulis harus berpenampilan disesuaikan dengan kondisi subyek agar sebyek merasa nyaman.

2. Memasuki lapangan

Ketika penulis mulai memasuki lapangan dan memulai pengambilan data hendaknya penulis harus menjalin hubungan baik dengan subyek agar tidak ada lagi jurang pemisah antara penulis dengan subyek. Dengan demikian seubyek dengan suka rela memberikan informasi yang diperlukan oleh peneliti.

3. Berperan serta sambil mengumpulkan data⁴

Dalam tahap ini peneliti atau penulis ikut berperan serta dalam kegiatan yang dilakukan subyek denga berperan aktif penulis mengumpulkan banyak memperoleh catatan tentang kesehari subyek.

⁴ Lexyj. Moleong, metodologi penelitian kualitatif, PT Remaja Rosdakarya bAndung, 2008. hlm 127-147

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, teknik pengumpulan data menggunakan metode interview atau wawancara mendalam terhadap subyek dan dokumentasi guna memperkuat data-data tersebut.

Adapaun subyek yang diambil adalah para istri TNI Al di rumah dinas TNI-Al, golf gunungsari yang sedang ditinggal dinas suami.

Sedangkan untuk penggalian datanya dilakukan sebagai berikut:

A. Observasi

Merupakan kegiatan pengamatan yang dilakukan peneliti ke setting sosial yang akan diteliti. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi partisipasi (partisipant observasi), yakni pengamatan yang dilakukan secara langsung dengan melibatkan diri kehidupan sehari-hari terhadap subyek yang diteliti.

Dalam observasi ini peneliti akan mengetahui lebih jauh mengenai keseharian dari subyek tanpa membuat risih si subyek yang memungkinkan memperoleh data berupa catatan lapangan mengenai perilaku dalam setting sosial yang ada. Peneliti mengamati perilaku keseharian subyek yang menggambarkan sedang mengalami kecemasan, bahasa tubuh subyek, ekspresi raut wajah subyek ketika subyek sedang menceritakan suaminya yang sedang dinas.

Observasi adalah pengumpulan data yang dilakukan secara sistemastis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang diselidiki. Observasi ini berfungsi untuk memperoleh gambaran, pengetahuan serta pemahaman mengenai data klient dan untuk menunjang serta melengkapi bahan-bahan yang diperoleh⁵.

B. Wawancara (interview)

Yaitu proses percakapan dengan maksud untuk mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan dan sebagainya yang dilakukan oleh dua pihak yaitu *interviewer* (yang mengajukan pertanyan) dengan *interviewee* (yang diwawancarai)⁶

Merupakan kegiatan tanya jawab terhadap subyek yang diteliti untuk menelusuri lebih jauh tentang apa yang akan dicari dalam penelitian. Dalam penelitain ini, peneliti menggunakan wawancara yang dilakukan lebih bebas dan terbuka dengan tujuan mencari pokok permasalahan secara mudah. Wawancara ini dimaksud agar subyek mampu memberikan informasi secara mendalam dan valid mengenai fenomena kecemasan. Wawancara ini bersifat fleksibel jadi subyek adalah raja dalam hal pengungkapan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Subyek lebih leluasa menceritakan pengalaman bahkan masalah yang menimpanya yang berkaitan dengan fenomena kecemasan yang dialami istri TNI-Al. subyek diperlakukan sebagai sahabat yang mampu menceritakan secara leluasa seperti sahabat kepada sahabatnya. Berikut seputar pertanyaan yang diajukan peneliti terhadap subyek, dimana suami ditugaskan, berapalama suami tugas, bagaimana kondisi suami selama dalam tugas, hal apa yang dirasakan subyek ketika ditinggal suami, bagaimana keadaan rumah ketika suami pergi dinas.

Sukardi Dewa ketut, Pengantar teory konseling (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985) h 110
 Burhan bugin, metode penelitian kualitatif – Aktualisasi metodologi kearah ragam varian kontenporer (Jakarta: Raja Grafindo Persada 2001) h 108

C. Dokumentasi lapangan

Hal ini dilakukan sebagai langkah lanjutan tentang lampiran bukti mengenai foto rumah dan foto keluarga dan situasi, kondisi di perumahan marinir tersebut.

F. Teknik Analisis Data

Data tentang fenomena kecemasan yang dialami istri TNI-Al yang ditinggal tugas suaminya ini, yaitu dengan menggali penyebab dan gejala kecemasan yang dialmi para istri TNI-Al yang ditinggal dinas suami, selain itu dalam bentuk deskriptif lebih mewakili dan mempunyai kemampuan untuk menggali lebih dalam keterangan dari subyek dari pada menggunakan metode kuantitatif, maka fenomena kecemasan istri prajurit TNI-AL hanya dipaparkan pada permukaannya saja tidak secara mendalam. Sebaliknya berbeda jika menggunakan metode kualitatif deskriptif yang memungkinkan mengungkap segala hal yang tidak mungkin mampu ditunjukkan penelitian kuantitatif.

G. Teknik Keabsahan Data

Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik observasi guna mendapatkan data lebih mendalam dari subyek, selain informasi dari subyek peneliti juga mengunakan jurnal dan sumber-sumber dari pustaka yang memadai untuk lebih menguatkan data-data dari informasi yang telah diperoleh.

Keabsahan data diperoleh dengan cara kombinsai 3 aspek yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi lapangan, pada proses observasi

peneliti tetap mencoba melakukan pengamatan yang bertujuan untuk memperoleh kelengkapan data atau tambahan dataa yaang tidak diperoleh sebelunya. 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 dokomentasi lapangan dilakukan untuk mendukung data observasi dan wawncara yang dibentukkan 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 namum perlu adanya bukti yang lain sehingga mampu saling mendukung antara data satu dengan data yang lain.

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. Setting Penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti akan memaparkan gambaran secara umum tentang kondisi subyek yang diteliti, karakteristik perilaku, karakter lingkungan sosial subyek. Hal ini bertujuan agar dalam penelitian ini mampu memberikan gambaran secara jelas dan terperinci kepada pembaca.

1. Gambaran penelitian (setting) lokasi

Adapun lokasi yang digunakan sebagai tempat penelitian adalah rumah dinas TNI-AL KOLATMAR Gunungsari. Dengan subyek penelitian adalah para istri prajurit TNI-Al, yang beralamatkan di Gunungsari Golf 8 ialah suatu perumahan dinas yang dihuni oleh para prajurit TNI-Al dari berbagai kalangan dan pangkat, perumahan Marinir adalah rumah hunian para prajurit TNI-Al, dengan keadaan geografisnya di sebelah barat berbatasan dengan komplek perumahan Darmo sentosa raya, sebelah timur berbatasan dengan hotel singgasana, sebelah utara berbatasan dengan bukit mas, sedangkan disebelah selatan berbatasan dengan gerbang tol gunungsari. Perumahan tersebut tepatnya di golf 8 terdapat 4 kopel atau kelompok 1 kopel terdiri dari 12 rumah jadi total rumah dalam 1 RT adalah 60 kepala keluarga atau 60 rumah.

2. Gambara Penelitian (setting) Subyek

A. Subyek Pertama

Nama : Ibu Heni (nama samaran)

Tempat tanggallahir : Jember 23 Juli 1977

Agama : Islam

Alamat : Gunungsari Golf 8 no 23 Surabaya

a. Kehidupan keluarga subyek

Subyek yang usinya kurang lebih 32 tahun menikah 3 tahun yang lalu dengan suaminya Lettda Mar Andik (nama samaran) 33 tahun tahun yang lalu di Jember dan baru mendapat momongan seorang putra yang usianya baru menginjak ±2 tahun, beliau tinggal sendiri bersama anknya di perumahan tersebut. Sedangkan kegiatan sehari-hari subyek adalah ibu rumah tangga mengurus rumah dan mengasuh anak. Dan juga aktif dalam kegiata organisasi ibu-ibu marinir Jalasenastri dan arisan kelompok kopel perumahan.

Subyek adalah anak pertama dari dua bersaudara yang dimana ayah subyek Pak Jai 67 tahun bekerja sebagai wiraswasta dan mempunyai usaha pertanian di rumahnya, sedangkan ibunya bekerja membantu suami mengurus toko dan sawah. Ayah subyek memiliki sifat yang sangat tegas, disiplin serta sayang kepada keluarga, sehingga setiap kebutuhan anak selalu terpenuhi mulai dari kasihsayang perhatian dan kebersamaan selalu diberikan kepada kedua anak-anaknya. Sedangkan ibu subyek Karti 60 tahun bekerja sebagai wiraswasta dan aktif sebagai pengurus pengajian di rumahnya, sifat ibu subyek yang penyabar dan pengertian kepada anak mengajarkan pada kami

anak-ankanya untuk pandai-pandai mengatur sirkulasi uang, ibu selalu sayang pada kami selaku anak-anaknya. Ibu dan ayah saya mengajarkan kepada saya akan rasa kebersamaa istilahnya makan gak makan asal bersama, jadi orang tua subyek fans-nya A'a gim jadi beliau menerapkan indahnya kebersamaan, jadi kalua ayah kami mau pergi kami selalu diajaknya, pernah sekali ayah kami pergi keluar kota untuk megambil barang kebetulan kami semua anakanknya sedang sekolah jadi kami tidak bisa ikut, kami sekeluarga merasa kawatir sekali atas kepergian ayah ke kota, kami terbiasa makan bareng jamaah sholat bareng tetapi ketika ayah kami pada jam tersebut belum kunjung juga pulang, saya dan adik merasakan kegelisahan menunggu kedatangan ayah kemana ayah koktidak kunjung pulang. meskipun subyek berkecukupan mereka diajarkan untuk tidah hidup boros dan mewah mewahan, kami harus selalu diajarkan untuk melihat kebawah biyar meraka tau bagaimana nasib orang orang yang kekurangan, dan sampai sekarang meskipun subyek jauh dari kedua orang tunya sifat yang diturunkan masi di terealisasi dalam kehidupan sehari-harinya

b Pendidikan Subyek

Pendidikan subyek dimulai dari:

TK Dewi Masitoh tahun 1982

Mima Tahun 1988

SMP 2 Kencong tahun 1991

SMA Kencong tahun 1994

D3 Akuntansi di UNEJ Jember tahun 1997

46

(hasil wawancara tanggal 17 juli 2009)

c. Keagamaan subyek

Subyek beragama Islam dan sangat taat menjalankan perintah agama

subyek dulu sampai sekarang untuk menjaga kesehatan dirinya subyek selalu

melaksanakan puasa selain puasa wajib di bulan Ramadhan juga rajin dalam

melaksanakan puasa sunnah senin kamis selain itu subyek rajin berjamaah,

setiap sore hari selalu membiasakan membaca Al-qur'an subyek juga sering

ikut dalam kegiatan keagamaan di tempat tinggalnya

d. Kepribadian Subyek

Subyek dikenal sebagai orang yang disiplin, baik dan rendah hati, hal ini

tercermin dalam setiap acara arisan subyek selalu datang tepat waktu setiap

menghadiri acara apaun, tidak pernah menyombongkan diri, selalu tersenyum,

ramah terhadap siapa saja baik yang sudah dikenal maupun yang belum

dikenalnya. Subyek orangnya ramah mudah bergaul asyik untuk diajak

ngobrol ataupun untuk bertukar pendapat terlebih lagi subyek mahir dalam

mengelola keuangan,

(Hasil Wawancara Tanggal 19 juni 2009)

B. Subyek ke-2

Nama : Ibu Sri (nama samaran)

Tempat tanggallahir : Jombang 26 Desember 1976

Agama : Islam

Alamat : Gunungsari Golf 8 no 19 Surabaya

a. Kehidupan Keluarga subyek

Subyek berusia 33 tahun menikah dengan suaminya 5 tahun yang lalu Serma Munir (nama samaran) berusia 35 tahun di Jombang dan baru mendapat momongan seorang putra yang usianya baru menginjak ±3 tahun, beliau tinggal bersama anak dan pembantunya di perumahan tersebut. Sedangkan kegiatan sehari-hari ibu Sri adalah ibu rumah tangga mengurus rumah dan mengasuh anak. Dan juga ikut berperan aktif dalam organisasi Jalasenastri Marinir AL.

Subyek dilahirkan di Jombang sebagai anak terkhir dari 2 bersaudara yang dimana ayahnya Abd. Rosyidi 65 tahun lulusan SR (sekolah rakyat) bekerja sebagai petani semangka dan pengrajin anyaman, ayahnya memiliki sifat tegas, humoris, dan penyabar setiap keseharianya beliau selalu dihabiskan dengan keluraga meskipun usahanya beliau sedang ramai-ramainya tapi beliau tidak melupakan keluarga dikarenakan keluarga adalah yang paling utama, sedangkan ibunya yang bernama Anissah berusia 58 tahun pendidikan tamat SMP bekerja sebagai ibu rumah tangga dan wiraswasta ibunya memiliki sifat yang lembut tetapi juga keras jika anak-anaknya menyimpang sosok ibu sebagai pelurus jalan mereka. Orang tua subyek adalah orang tua yang taat kepada agama sehingga subyek diajarkan betul dan mendalami ilmu-ilmu agama, orang tua subyek memandang agama sebagai kunci keselamatan hidup dunia dan akhirat oleh kaena itu subyek memberikan ilmu agama semenjak dini agar dewasa kelak memiliki akhlak yang mulia.

b. Pendidikan subyek

Pendidkan subyek dimulai dari

TK Arrahmah tahun 1983

SDI Jombang 1 tahun 1990

MTsN Jombang tahun 1993

MAN1 Jombang tahun 1996

Kursus Computer di Mojokerto tahun 2000.

Mengikuti kursus memasak di Jombang Tata Boga tahun 2000

(Hasil Wawancara Tanggal 17 Juli 2009)

Orang tua subyek memberikan pendidikan yang terbaik bagi semua anakanaknya selain pembekalan agama anak-anaknya juga dibekali ilmu umum agar seimbang jalannya dan tidak mencontoh kedua orang tuanya yang pendidikan ayahanya tamat sampai sekolah dasar saja.

c. Keagamaan Subyek

Subyek beragama Islam dan sangat taat menjalankan perintah agama, subyek juga sering ikut dalam kegiatan keagamaa di tempat tinggalnya dulu ibu Sri mulai SD sampai SMA mengenyam di sekolah yang berbasis Islam. Dalam kegiatan sehari-hari subyek juga sering melaksanakan sholat berjamaah, terlebih lagi sering membaca ayat suci Al-Qur'an.

d. Kepribadian Subyek

Subyek dikenal sebagai sosok yang tegas, disiplin, lembut, selalu teliti terhadap semua hal yang dikerjakan. Subyek selalu datang tepat waktu setiap menghadiri acara, sosok yang lembut dalam memberikan jawaban-jawaban

49

dari pertanyaan dari peneliti selalu disampaikan dengan bahasa yang lembut,

subyek selalu mengecek ulang setiap hal yang habis beliau kerjakan misal

mengecek data ibu-ibu yang hadir pada acara arisan bulanan. Dan selalu

memeriksa buku keuangan setiap ada uang masuk dan uang keluar

dikarenakan tugas subyek sebagai bendahara dalam kumpulan arisan ibu-ibu.

(Hasil Wawancara Tanggal 21 juni 2009)

C. Subyek ke-3

Nama

: Ibu Zahro (nama samaran)

Tempat tanggallahir

: Semarang 16 September 1980

Agama

: Islam

Alamat

: Gunungsari Golf 8 no11 Surabaya

a. Kehidupan keluarga subyek

Subyek usinya 29 tahun menikah dengan suaminya Lettu Hari (nama

samaran) yang usianya 33 tahun menikah 5 tahun yang lalu di Lumajang dan

baru mendapat momongan seorang putri yang usianya baru menginjak

±1tahun, beliau tinggal sendiri bersama anaknya di perumahan marinir.

Sedangkan kegiatan sehari-hari subyek adalah ibu rumah tangga mengurus

rumah dan mengasuh anak dan juga memiliki keterampilan mejahit pakaian.

Subyek adalah anak ke-3 dari pasangan Bpk Suhardi 60 tahun dengan ibu

Khotijah 57 tahun ayah subyek bekerja sebagai tenaga pengajar guru SMA di

semarang dan ibunya Ibu Khotijah bekerja sebagai ibu rumah tangga dan

wiraswasta membuka toko kecil di depan rumah. Ayah subyek adalah sosok

yang menyenangkan dan lucu sehingga oleh anak-anaknya dikarenakan beliau

memiliki sifat lucu, dibalik kelucuan tersebut tersimpan sifat yang tegas dan bertanggung jawab kepada keluarga ayahnya selalu menamkan jiwa disiplin kepada anak-anaknya dan setiap penyampaian nasehat, perintah atau larangan selalu menggunakan media yaitu lewat lelucon yang bapak buat, ayah kami membikin peraturan dalam rumah bagi siapa saja anggota keluarga kami yang melanggar pasti mendapat hukuman, misalnya kami setiap habis sekolah harus pulang terlebih dahulu meskipun kami kepingin bermain sepulang sekolah kamai diwajibkan pulang terlebih dahulu untuk ganti baju dan makan serta tidak lupa untuk izin bermain ke rumah teman. Pada waktu itu kakak saya melangar aturan dan mendapat sanksi berupa menghafal ayat-ayat pendek dan membantu ibu mencuci piring. Ibu adalah seseorang yang paling saya sayangi karena ibu paling paham dengan kondisi kami karena ibu adalah orang yang melahirkan kami dan merawat kami hingga menjadi dewasa seperti ini, ibu memilki saifat yang lembut, baik dan tegas, ibu selalu membantu kesulitan yang dialami oleh anak-anaknya ketika ayah kami sedang mengajar, dikeluarga subyek selalu diterpakan apa yang namanya kebersamaan dalam hal apapun dan membantu setiap kesulitan yang dialami salah satu anggota keluarga yang lain.

b. Pendidikan Subyek

TK Muslimat tahun 1985

Mi Miftahul Jannah Tahun 1991

SMP 2 Semarang tahun 1994

SMA Semarang tahun 1997

D3 Akuntansi UGM tahun 2000

(Hasil Wawancara Tanggal 17 juli 2009)

c. Keagamaan Subyek

Subyek beragama Islam dan sangat taat menjalankan perintah agama, subyek juga sering ikut dalam kegiatan keagamaan di tempat tinggalnya. Subyek rajin sholat berjamaah tidak pernah absen jika suami belum pulang kantor subyek sholat sendiri di rumah, apabila suami berada di rumah subyek selalu bersama suami melaksanakn sholat jamaah dimasjid.

d. Kepribadian Subyek

Subyek dikenal warga sebagai seorang yang lucu, suka memberi masukan dan solusi terhadap warga, kalem, jujur dan lues. Kadang pada waktu rapat ibu-ibu arisan para ibu-ibu selalu mengajak rembukan soal rencana yang akan dilakukan dikarenakan setiap masukan dari subyek dapat diterima anggota arisan dengan memperhitungkan dengan kemampuan masing-masing anggota arisan Rt tersebut.

(Hasil Wawancara Tanggal 22 Juni 2009)

B. Penyajian Data

1. Hasil wawancara dengan subyek pertama (19 juni 2009)

Ibu Heni adalah ibu rumah tangga yang tinggalnya di perumahan dinas gunungsari Surabaya beliau memiliki seorang anak yang berusia kurang lebih 3 tahun suami subyek adalah perajurit TNI-Al berpangkat Lettda Marinir, keseharian subyek adalah sebagai ibu rumah tangga dan mengasuh anak,

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 Acah 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 perjalan 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 perjalan menuju Aceh suaminya memberitahukan kalau perjalanaanya sedikit terganggu akibat adanya badai sepontan subyek mengalami perubahan fisik akibat kaget mendengan 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 gemetaran, jantung berdebar-debar, keluar keringat dingin. Subyek mencoba menghubungi suami lewat ponsel suami tetapi tidak tersambung mungkin aibat badai kareana telepon subyek tidak tersambung ke suaminya subyek sepotan badannya menjadi lemas, kaki tangan tidak bisa digerakkan. Hari hari

53

subyek banyak dilewati dengan melamun selama satu minggu subyek tidak

mendapat kabar dari suami, subyek menjadi kehilangan daya konsentrasi.

Ketika suami subyek sampai ke Aceh sayek ditempatkan di daerah

meolaboh daerah dataran tinggi diindikasikan diderah meolaboh Aceh akan

terjadi perlawanan-perlawanan sisa dari gerkan Aceh merdeka yang

mempengarui masayarakat Melaboh untuk mengadakan perlawanan. Selain

menjaga kemanan disana para ABRI juga dipecah lagi untuk menyisir hutan-

hutan untuk mencari ladang ganja sebab diperoleh kabar kalau perdagangan

ganja dari aceh sedang marak-maraknya.

Kondisi rumah yang sepi tanpa suami tentunya membawa beban tersendiri

bagi subyek, selain mengurus rumah sendiri, mengurus anak sendiri terlebih

subyek harus menggantikan peran suami dalam rumah tangga, tentunya

dengan perubahan fungsi dalam rumah tangga menyebakan muncul masalah,

subyek seringkali memarahi anaknya di karenakan banyak pekerjaan rumah

yang harus dikerjakan sedangkan anak subyek rewel hal tersebut bisa

diindikasikan kenapa subyek sering memarahi anknya.

Berikut proses wawancara asli dengan subyek pertama

peneliti

: Asslamu'alaikumWr.Wb

subyek

: Wa'alaikum salam

peneliti

: Saya ingin wawancara sebentar dengan ibuk, apakah ibu punya

waktu sebentar

subvek

: 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..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 kalu 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

Peneliti : Apakah waktu mendengar kabar tersebut ibuk merasa cemas sekali, rasa cemasan yang bagaimana yang ibu rasakan tau ketakutan yang bagaimana yang ibu rasakan

subyek : Cemas banget-banget mas ibu takut kalau kapalnya bapak tenggelam terus bapak ada apa-apa, ibu sampek dredek gemetaran ibu cobak telpon kekesatuannya ke komandannya tidak ada jawaban, ibuk tambah lemes mas kayak spot jantung ini belum sampek Aceh mas da kayak begini apalagi kalau di Aceh.

Peneliti : Apakah ibu pernah merasa mengalami keluhan fisik ketika mengalami kecemasan, misal kepala pusing atau apa begitu?

subyek : Yang jelas waktu ibu tidak mendapatkan kabar dari temen ibu kalau perjalananya terganggu badai ibu ndredeg serasa hilang nyawa ini badan lemes tidak bisa bergerak, pengennya mondar mandir, ibu jadi sering terdiam dan melamun. Tapi alhamdulillah ketika komandannya bapak menghubungi salah satu keluraga dan memberitahukan kepada saya kalau rombongan ke Aceh semuanya baik-baiksaja. Habis denger kabar itu mas rasanya lega banget kayak kayak orang habis bersin.

Peneliti : Bagai mana kondisi rumah dan ketika bapak pergi dinas

Subyek : Sepi mas saya harus kerja extra ngramut anak, nyiapin perlengkapan anak sendiri jagain anak sendiri, apalagi kemaren anak saya sakit panas, bapak tidak ngasi kabar selama 1minggu aduh mas ibu bingungnya minta apun, apa-apa yang saya ambil

selalu jatuh, ibu kayak kosong pandangannya anak sakit bapak tidak ngasi kabar itu bikin saya gugup bingung apa yang harus saya lakukan, sampai-sampai saya lupa sama diri saya dan anak saya, dan juga sering marah waktu anak saya rewel

Peneliti : Kok sampek kayak gitu ?

Subyek : Mungkin karena stres ibu jadi kayak begini sering melamun, konsentrasi sering buyar, rumah morat marit gak terawat anak saya rewell tambah bikin saya stress dan nangis mikirin sasib saya.

Peneliti : Sebelumnya mohon maaf selain sering melamun, konsentrasi kabur apalagi yang ibu alami ini tetep ada kaitanya dengan kecemasan ibu

Subyek : Banyak mas selain spot jantung, takut suami kenapa-kenapa di aceh, taku suami gugur di medan lokasi, tiap denger berita miring dari tetangga atau TV ibu terlalu mikir berat sampek kepala ini pusing, pucat keringatan, makan gak enak tidur gak enak gelisah, paling-paling kaki ini lemes makanya saya kena magh sekarang. Tapi yang saya khawatirkan selain itu kalau bapak selingkuh waah jangan sampai

Peneliti : Ya moga aja tidak buk yang pasti bpk setia ma ibuk, kalau begitu ya dijaga buk pola makan dan istirahatnya biar tidak sakit.

Subyek : Kepengennya begitu tidak punya pikiran macam-macam, tapi namanya suami pergi jauh mana bisa seneng pikiran, lain kalau perginya kekantor nah ini ke Aceh yang kemaren ini banyak

konflik GAM gak stress gimana hayo.umpamanya pacare mas pergi jauh apa mas gak kawatir.

Peneliti : Ya khawatir lah bu pastinya? Ya ibu mungkin cukup sekian wawancara nya kalua ada data yang kurang saya boleh mengganggu lagi kan bu?

Subyek : Boleh mas saya Bantu sepenuhnya ? itung-itung saya bias curhat sama adik.

Peneliti : Sudah dulu ya bu trimakasih Assalamu'alaikum Wr. Wb

Subyek : Wa'alaikum salam...(Wawancara dilakukan 19 juni 2009 pk 09.00 wib)

2. Keterlibatan peneliti dengan tetangga dekat subyek ke-1

Informasi dari informan dan tetangga tentang subyek bahwa subyek itu orangnya baik sopan dan suka bergaul, waktu ditinggal dinas suaminya bahwa si subyek sering terlihat murung, selalu tegang, sering menyendiri, mudah tersinggung, sering kelihatan melamun, kadang sering tidak nyambung ketika daiajak bincang-bincang dengan para tetangga. Waktu sebelum suaminya berangkat subyek dikenal sebagai sosok yang ramah dan murah senyum, tetapi waktu ditinggal suami dinas berubah sering berdiam diri, jarang keluar rumah, terkadang suka marah-marah sama anaknya waktu rewel.(Wawancara dilakukan 20 juni 2009 pk 16.00 wib)

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 keamana di Papua kareana disana sedang ada konflik suami subyek ditugaskan di Papua selama 3 bulan dan berangkatnya 3 minggu yang lalu.

Subyek sering mengalami ketakutan dikarenak subyek jauh dari suami, ditambah lagi subyek mengetahui lokasi dinas suami adalah didalam hutan rimba Papua sehingga sedikit banyak subyek selalu cemas dan kawatir tentang kondisi suami didalam hutan ketakutan-ketakuta subyek kepada kondisi suami menyebabkan subyek mengalami apa yan dinamakan cemas diantaranya ciri fisik kecemasan yang daialmi 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 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, kehilangn fokus perhatian sehingga barang apasaja yang beliau ambil selalu jatuh, selain ketakutan akan kondisi suami subyek juga khawatir terhadap kondisi kesehatan suami soalnya banyak berita di televisi kalu hutan Papua terkenalakan keganasaanya 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 rumah tangga dengan kepergian suami subyek menjadi berperan ganda selain mejadi ibu rumah tangga juga sebagi kepala rumah tangga untuk selang waktu 3 bulan saja. Tentu bukan tugas yang ringan berperan ganda dalam mengurus rumah sendirian tanpa ada yang menemani tentunya dengan penambahan tuags ini menjadikan beban subyek semakin bertambah, tempat untuk berkelu kesah suami jauh disana mau tidak mau subyek harus mengangkat beban sendiri. Hal ini memyebabkan subyek menjadi seorang yang tempramen mudah marah dan mudah tersinggung dan sering berdiam diri dalam rumah.

Berikut proses wawancara asli dengan subyek kedua

peneliti : Asslamu'alaikumWr.Wb

subyek : Wa'alaikum salam

peneliti : Saya ingin bincang-bincang sebentar dengan tante, apakah tante

punya waktu luang?

subyek : Ya ada adik....silahkan ada yang bisa saya bantu ? ini kan mas

adiknya bu Winarka

peneliti : Iya te betul saya adiknya bu Winarka. Begini te saya sedang

mengerjakan tugas akhir kuliah judul saya berkaitan dengan

fenomena kecemasan seorang istri TNI yang ditinggal tugas suami

subyek : Wah-wah ini tentang saya baget ini dik ? ada yang bias saya bantu

?

peneliti : Tante tidak lagi repotkan kan

subyek : Nggak adik ini sudah beres kok resik-resiknya

peneliti : Kalau boleh saya tau bapak sekarang dimana buk?

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 duuuh 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 kawatir 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

dinasnya di perak di kobangdikal nah sekarang habis naek pangkat malah dikirim ke Papua, ya jelas hati ini rasanya kayak hilang separuh nyawa ini.

Peneliti : Cemas bagaimana yang tante rasakan?

Subyek : Yang jelas tante takut kalau terjadi apa-apa dengan papa, perasaan sedih yang selalu melanda karena harus berpisah dengan suami tercinta yang dinas ke Papua apakah ntar bisa pulang dengan selamat apa pulang tinggal nama saja, tapi moga aja papa baik-baik saja.

Peneliti : Keadaan rumah bagaimana tentang kesehariannya tante di rumah

Subyek : Ya begini mas sepi sumpek gak ada teman untuk berbagi perasaan, berbagi tugas dalam mengurus anak, ditambah lagi anak saya ini nakalnya minta ampun, tambah bikin saya stress. apalagi kemaren anak saya jatoh dari kamar mulutnya berdarah, spontan tante sok gak bisa bergerak karena saya ngeri melihat darah. soalnya tante punya pengalaman traumatic adaik kandung tante yang jatuh dari speda darahnya gak berhenti-berhenti makanya aku ngeri melihat darah.

Peneliti : Terus bagaimana keadaan adik waktu itu sehabis jatuh, apakah ibu memanggil tetangga untuk membantu?

Subyek : Saya tangani sendiri adik saya ambil kapas alcohol,waktu itu saya gupuh bagte,takut banget kalau anak tante kayak adik tante.

Peneliti

: Ohya tante kita kembali ke permasalahan semula, selain takut akan suami terjadi apa-apa apalagi yang tante takutkan atau tante cemaskan?

Subyek

: Ya itu tante takut kalu suami kecantol orang sana ! tapi ya gak mungkin orang sana kan item-item, ada lagi yang tante cemaskan tentang kondisi papa disana yang berada di dalam hutan di Papua sana, bagaimana keadaannya makan apa disana, mandi dimana disana, padahal setiap hari saya selalu menyiapkan semua perlengkapan papa sebelum ke kantor mulai dari bajunya sarapannya dan lain-lain? Saya sering nagis adik kalu ingat suami saya kalau malam hari tidur dimana. Apalagi waktu saya dengar berita di TV kalau TNI dan satuan brimob lagi menyisir hutan untuk mencari target dalam misinya kesana terjadi kontak senjata tante cobak telpon diponselnya suami saya gak bisa gak nyambung-nyambung, saya telpon ke komandannya juga tidak ada jawaban, waduh dik saya takut banget takut-setakutnya, saya langsung nangis, badan ini serasa berat banget, dada sesak baget,nafas tante pendek, kepala pusing tante lemes banget gak bisa apa-apa langsung tante pingsan gak tau apa yang terjadi waktu tante pingsan kata tetangga tante pucet baget keringat sebesar jagung-jagung kata tetangga kalau gak salah mbaknya adi yang nemenin saya.

Peneliti : Apakah ada kabar dari suami ibuk

Subyek

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

Peneliti

: Apakah tante punya pengalaman buruk waktu kecilnya tante mengenai kecemasan ini sehingga tante bisa seprti ini ketika ditinggal suami, padahal tugas untuk Negara itu yang utama dan keluarga itu nomer 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 nomer duakan tugas negara di utamakan, tante sudah memanamkan 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.

Sebyek

: Oh Iya dik suami saya setelah dapat 5 hari dari konflik tersebut suami saya memberi tahukan kalau dari anggota TNI-AD dan dari brimob ada yang meninggal akibat keganasan alam Papua, teutama serangan nyamuk malaria, nah sehabis to saya mulai panik lagi soalnya saya orangnya gak kenean (sensitif) tipenya langsung sreng keringetan kaki dan tangan. Malmnya sehabis suami saya telpon saya mencoba untuk menelponya untuk memakai obat anti nyamuk, tapi tidak bisa di hubungi saya kawatir baget malam gak bisa tidur, maem males gak nafsu makan pokoknya gak enak baget rasanya badan tiap malem serasa tante berada dalam hutan dingin baget rasanya kaki tante, jadi tante sering melamun, sering nangis dan sampek parahnya tante hampir kena magh. Sudah 3 minggu saya susah tidur gak enak makan dll

Peneliti

: Adik belum daftar sekolah Tk ta tante

Subyek

: Rencananya bulan depan dah tak daftarin,begini susahnya tugas suami buat daftarin anaknya sekolah malah jadi tugas istri, saya mikir sendiri dimana sekolah yang baik gak ada teman buat rembukan dan sebagainya, makanya saya gaka kuat kalua suami saya tidak ada di samping saya selain gak kuat menahan rasa kangen, banyak masalah-masalah yang terjadi di rumah.

Peneliti

: Ya tante makanya kita kudu sabar dan ihklas menerima cobaan dari yang diatas dan kita pasrahkan semua padanya.

Subvek

: Betul dik makanya saya sekarang saya alihkan pikiran saya ke anak biyar saya tidak terlalu cemas dan pasrahkan semua dan juga berdoa agar suami saya selamat sampek rumah. Peneliti : Saya kira cukup sekian curhat-curhatnya ya tante, saya ucapkan banyak terimakasih atas infonya,lain kali kalau ada data yang kurang saya ganngu lagi y ate, Assaalamu'alikum Wr, Wb

Subyek : Ya gak apa-apa sebisanya saya bantu mengenai tugas akir adik.itung itung tante curhat sama adik dan bias Bantu untuk menyelesaikan tugas akhir adik wawan. (wawancara dilaksanakan 21 juni 2009 pk 11.00 – 12.00 Wib)

4. Keterlibatan peneliti dengan tetangga dekat subyek ke-2

Informasi dari informan dan tetangga tentang subyek bahwa subyek itu dikenal sebagai warga yang baik ramah suka bergaul dan ketika ditinggal dinas suaminya pernah pingsan sekali waktu mendapat kabar dari temannya yang suaminya juga ikut dinas ke Papua, mungkin telat makan jadinya pingsan dan subyek sering terlihat pucat waktu awal-awal ditinggal suami, sering murung, melamun, yang pastinya saya dulu juga pernah merasakan hal yang sama suami saya juga dinas ke poso waktu konflik, mungkin yang ibu andi rasakan juga pernah saya alami, sedih yang pastinya sering iri ketika ibu-ibu laen bisa bersama suami di rumah, yang pastinya sensitif banget kayak wanita lagi mendapatkan tamu bulanan, kadang saya pernah mendengar subyek memarahin anaknya mas tau sendiri anaknya nakalnya minta ampun pastinya kualahan nanganin anak nakal sendirian tanpa suami.

(Wawancara Dilaksanakan 21 juni 2009)

5. Hasil wawancara dengan subyek ke tiga

Subyek usinya 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 ±1tahun, beliau tinggal sendiri bersama anknya di perumahan Marinir. Sedangkan kegiatan sehari-hari subyek adalah ibu rumah tangga mengurus rumah dan mengasuh anak. Suami subyek dikirimke Timika Papua untuk mengamankan wilayah freepot suami subyek mendapatkan tugas untuk menjaga keamana 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 sesatu hal, dan juga perasaan yan tidak masuk akal.

Keseharian subyek tidak bisa lepas dari Hp (telpon genggam) karena alat kominikasi tersebut yang bisa digunakan untuk berkomunikasi dengan suami, selama perjalanan suami ke Timika subyek selalu memikirkan suami apakah suminya 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 kecemasn ketika mendapat kabar dari suaminya lewat pesan singkat perjalan terganggu akibat cuaca yang buruk di dearah Maluku sepontan subyek duduk terdiam, badan lemes dan tidak bertenaga, subyek mencoba

69

menghubungi suiami tapi selalu gagal mungkin sedang ada gangguan jaringan

subyek bertambah bingung mondar-mandir jalan kesana-kesini, duduk tidak

enak, dan sering panik ketika ada sms masuk padahal itu bukan dari suaminya.

Dalam keseharian subyek sering mengalami gangguan susah tidur, sering

melamun, kehilangan konsentrasi, kadang suka tidak nyambung saat diajak

bicara. Kondisi rumah waktu ditinggal suami keadaan rumah berubah

dikarenakan berkurangnya jumlah anggota keluarga, jadi kesepian yang

dirasakan subyek hidup berdua bersama anaknya yang masi balita tersebut.

Pekerjaan yang seharusnya dikerjakan suami sekarang berlaih kepada subyek

misal membetulkan keran air yang macet, memasang lampu yang putus,

membetulkan saluran air yang macet apalagi subyek seorang wanita tentunya

tidak begitu mengerti soal saluran air buknnya tabah lancar malah semakin

rusak hal tersebut membuat subyek merasa jengkel dengan nasibnya yang

ditinggal tugas suami dan subyek sering melampiaskan kekesalan kepada

anaknya yang nakal dengan memarahi dan lucunya anaknya nagis subyek juga

ikut menangis. Kadang subyek merasa iri dengan tetangga sekitar yang

suaminya berada di rumah yang membantu istrinya mengerjakan pekerjaan

rumah bersama-sama.

Berikut proses wawancara asli dengan subyek ketiga

Peneliti

: Assalamu'alaikum Wr. Wb

Subyek

: Wa'alaikum salam Wr.Wb

Peneliti

: Bisa mengganggu sebentar ibu Saya ingin wawancara sebentar

dengan ibuk, apakah ibu punya waktu sebentar kira-kira

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 kawatir 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 dibilang 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 baget mas jadi kepergian suami tambah bikin saya tidak tenang dan mikir yang macem-macem

Peneliti :Apakah bapak selama perjalanan ke timika Papua tidak mengalami gangguan?

Subyek :Ada mas waktu sampai di maluku terjadi angina kencang disertai hujan tepatnya di ambon kapal mengalami gangguan nafigasi dan alat komunikasi terhambat, bapak mengirim pesan singkat kepada saya memberi tahukan kalau cuaca sangat buruk, saya spontan langsung deg,tubuh saya lemes gak bisa ngapa-ngapain, saya cobak telepon bapak gak pernah bisa nyambung, tambah bikin beban pikiran saya, waktu ibuk bingung banget duduk gak enak diem gak enak ya mondar mandir kayak setrikaan mas sangking paniknya, sampek saya tidak menghiraukan orang sekitar terlebih anak saya sendiri saya biarkan. Perjalanan bapak sampai ke timika Papua itu memakan waktu satu minggu mas

Peneliti :Yang ibu rasakan selama waktu itu, apakah ibu tenang-tenang saja soalnya masih dalam perjalanan.

Subyek :Kata siapa bisa tenang kalau suami pergi jauh yang pastinya ya mikir sampai-sampai saya lupa makan memikirkan bapak apakah bapak sudah makan pada jam-jam segini, saya cobak hubungi bapak tidak bisa tidak ada signal, tidur gak enak makan gak enak, ibu kadang-kadang sambil mengasuh anak sambil melamun, yang paling parahnya waktu diajak tetangga saya tidak nyambung, tapi itu kata tetangga saya sendiri juga menyadari.

Peneliti : Kondisi rumah pada waktu bapak dinas bagai mana bu

Subyek : Yang jelas sepi gak ada temennya buat mengurus rumah ngurus anak bayar ini bayar itu semua saya lakukan sendiri jadi berat beban saya selain jadi ibu rumah tangga saya juga jadi kepala rumah tangga sekarang.

Peneliti : Apakah dengan kepergian bapak dan peran ibu berubah dalam rumah tanga ? apakah ibu merasa beban ibu semakin bertambah

Subyek : Itu yang bikin ibu stress banyak urusan yang harus di tangani oleh suami saya malah saya yang mengerjakan pekerjaan rumahhhs yang harus dikerjakan suami malah saya yang harus mengerjakan, misal menggati keran yang rusak, saluran air yang macet.semua tugas suami saya yang mengerjakan. Kadang saya merasa jengkel pengennya marah-marah soalnya adasaja hal-hal yang terjadi di rumah semuanya itu membikin saya stress.

Peneliti :Ibu mungkin cukup sekian wawancara pada hari ini mungkin kalu ada kekurangan data saya boleh minta bantuannya lagi yang bu

Subyek :Dengan senang hati mas saya bantu dan ibu mohon maaf kalu wawancaranya sering saya pending soalnya saya banyak kerjaan di rumah

Peneliti : Ya tidak apa-apa buk saya bisa maklum. Trimaksih atas bantuannya saya ucapkan terima kasih, Assalamu'alaikum

Subyek : Wa'alaikum salam

(Wawancara Dilaksanakan 23 juni 2009)

6. Keterlibatan peneliti dengan tetangga dekat subyek ke-3

Informasi dari informan dan tetangga tentang subyek bahwa subyek itu waktu ditinggal dinas suaminya ke Timika Papu subyek dikenal tetengga sebagai orang yang ramah baik dan murah senyum sering bergaul dengan tetangga tiap sore hari di rumah warga, tetapi semenjak suaminya dinas ke keluar daerah subyek mulai jarang keluar rumah, suka menyendiri, ketika salah satu tetangga main ke rumah subyek didapati subyek sedang duduk termenung bersama anaknya dan tidak lepas sedikitpun terhadap Handpone yang di bawanya, ketika diajak berinteraksi dengan tetengganya tersebut subyek sering berkata "apa" menandakan bahwa subyek kehilangan konsentrasi, jadi teledoran lupa mematikan kompor masak sering gosong dan subyek terlihat sedikit pucat dikarenakan tidak nafsu makan dan susah sekali untuk tidur, sebelum mendapatkan kabar dari suaminya yang berada di Timika Papua. Kami sebagai tetangga yang sama-sama menjadi istri tentara juga ikut prihatin dan juga sedikit banyak untuk menghibur beliau.

(wawancara dilaksanakan 23 juni 2009)

7. Cacatan dari hasil lapangan

Cacatan lapangan ketika pelaksanaan observasi dan wawancara di golf 8 gunungsari menyatakan bahwa hasil pengamatan peneliti dan pengamatan informan bahwa para suyek penelitian dalam kesehariannya sering mengalami gangguan kecemasan dapat dilihat dari raut wajah dan exsprsi wajah, dalam tingkah laku keseharian semua sebyek sering kehilangan konsentrasi, sering melamun, mudah tersinggung, ketika ada salah satu tetangga ada yang salah

bicara dan subyek sering menyalah artikan informasi dikarenakan kurangnya konsentrasi ketika ada info yang disampaikan. Dari tampilan fisik gejala kecemasan sudah terlihat diantaranya wajah dari para subyek agak sedikit kusam dan sedikit pucat, bahasa tubuh para subyek waktu proses wawancara menunjukkan emosi yang cukup besar ketika menceritakan semua hal yang terjadi dalam dirinya.

C. Analisis Data

Pada saat wawancara dan observasi dengan subyek sudah dapat diketahui bahwa subyek sedang mengalami kecemasan yang dimana kecemasan yang dialami oleh para istri TNI-Al.

Pada subyek pertama penyebab kecemasan disebabkan oleh perasaan takut terhadap nasib suami ketika dalam perjalan menuju tempat dinas yaitu ke Aceh selama perlalanan suami subyek banyak terjadi kendala atau hal yang tidak menyenangkan bagi subyek kondisi wailayah dinas yaitu di daerah konflik tersebut pastinya dapat menimbulkan kecemasan pada subyek.

Sedangkan gejala kecemasan yang dialami oleh subyek pertama adalah subyek mengalami percepatan denyut nadi, gemetaran, pucat pada wajah, lemas seluruh badan. Selain itu subyek mengatakan sering merasa letakutan, gugup, selalu tegang, sering marah terhadap anaknya, mudah tersinggung.¹ Subyek juga sering berdiam diri dalam rumah tidak mau bersosialisasi dengan

¹ Sumber hasil wawancara dengan tetangga subyek ke-1 (20 juni2009)

tetangga sekitar.² Selain itu subyek selalu khawatir tentang suami, perasaan tegang, perasaan tidak nyaman.

Sedangkan pada subyek ke 2 yaitu kecemasan yang dialami Ibu Sri (nama samaran) penyebab kecemasan pada subyek adalah selain perpisahan dengan suami, keadaan suami waktu dalam perjalana ke hutan pedalam Papua, kondisi medan hutan Papua yang ganas dan juga akan bahaya gigitan nyamuk malaria berubahnya fungsi dalam rumah tangga yang semula menjadi ibu rumah tangga sekarang mejadi kepala rumah tangga. Mengurus segala pekerjaan rumah dan juga berkewajiban mengurus anak jadi hal-hal tersebut bisa dikategorikan penyebab kecemasn pada subyek.

Gejala kecemasan pada subyek sering mengalami jantung berdebar, badan gemetaran, wajah terlihat pucat subyek mengalami kegelisahan, gugup, seluruh anggota tubuh berkeringat, detak jantung berdetak keras, pingsan, subyek sering mengatakan selalu dalam kondisi takut akan bahaya yang mengancam keselamatan suami, selalu diliputi rasa tegang, tidak bisa rileks, kehilangan daya konsentrasi, mudah marah dan seneng menyendiri³

Sedangkan pada subyek ke 3 yaitu kecemasan yang dialami Ibu zahro (nama samaran) penyebab kecemasan pada subyek adalah selain perpisahan dengan suami, keadaan suami waktu dalam perjalana ke Timik Papua yang mengalami gangguan akibat cuaca buruk, tempat dinas suami didaerah konflik, berubahnya fungsi dalam rumah tangga yang semula menjadi ibu rumah tangga sekarang mejadi kepala rumah tangga.

² Sumber hasil wawancara dengan tetangga subyek ke-1 (20 juni2009)

³ Suber berasal dari pernyataan tetangga dan informan subyek ke-2 (21juni2009)

Gejala kecemasan pada subyek sering mengalami jantung berdebar, badan gemetaran, wajah terlihat pucat subyek mengalami kegelisahan, gugup, seluruh anggota tubuh berkeringat, detak jantung berdetak keras

Subyek sering mengatakan selalu dalam kondisi takut akan bahaya yang mengancam keselamatan suami, selalu diliputi rasa tegang, tidak bisa rileks. kehilangan daya konsentrasi, mudah marah dan senang menyendiri⁴.

D. Pembahasan

Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan dengan istilah-istilah seperti kehawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda⁵.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yang menyatakan terjadinya hiperaktivitas system saraf otonom. Kecemasan adalah gejala tidak spesifik yang sering ditemukan dan seringkali merupakan suatu emosi yang normal.⁶

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan yang berbentuk ketegangan, kegelisahan, tertekan, yang disertai dengan gejala-gejala fisiologis, misalnya sakit kepala, nyeri pada pinggang, sesak nafas, sakit perut, mual, dan lain-lain.⁷

⁴ Suber berasal dari pernyataan tetangga dan informan subyek ke-3 (21juni2009)

⁵ Rita L. Atkinson, dkk. Pegantar pdikologi,edisi ke 11 jilid2 penerbit interaksara.tkk ⁶ Kusuma, widjaja. Dari A sampai Z kedaruratan psikiatrik dalam praktek.profesional books.jakarta.1997. hlm 231

⁷ http://pembaharuankeluarga.wordpress.com/2009/01/02/kecemasan-1/ (diakses tgl 9 april 2009)

Sumber kecemasan yang bersifat internal berasal dari dalam diri individu, tidak memiliki keyakinan akan kemampuan diri dapat menimbulkan kecemasan. Sedangkan sumber kecemasan yang bersifat eksternal berasal dari lingkungan. Perubahan yang terjadi pada lingkungan terjadi secara cepat dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan dalam diri individu, hal inilah yang dapat memicu timbulnya kecemasan.⁸

Faktor penyebab timbulnya kecemasan menurut Collins dalam Susabda (1983,112) bahwa kecemasan timbul karena adanya⁹:

- 1. Threat (Ancaman) baik ancaman terhadap tubuh, jiwa atau psikisnya (seperti kehilangan kemerdekaan, kehilangan arti kehidupan) maupun ancaman terhadap eksistensinya (seperti kehilangan hak).
- Conflik (Pertentangan) yaitu karena adanya dua keinginan yang keadaannya bertolak belakang, hampir setiap dua konflik, dua alternatif atau lebih yang masing-masing yang mempunyai ifat approach dan avoidance.
- 3. Fear (Ketakutan) kecemasan sering timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalan menimbulkan kecemasan, misalnya ketakutan akan kegagalan dalam mengahadapi ujian atau ketakutan akan penolakan menimbulkan kecemasn setiap kali harus berhadapan dengan orang baru.
- Unfulled Need (Kebutuhan yang tidak terpenuhi) kebutuhan manusia begitu kompleks dan bila ia gagal untuk memenuhinya maka timbullah kecemasan.

⁸ http:// Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan - wangmuba.com (diakses taggal 10 april 2009)

⁹ Ibid

Faktor-faktor penyebab kecemasan dapat digolongkan menjadi:

- Faktor Kognitif. McMahon (1986,559) menyatakan bahwa kecemasan dapat timbul sebagai akibat dari antisipasi harapan akan situasi yang menakutkan dan pernah menimbulkan situasi yang menimbulkan rasa sakit, maka apabila ia dihadapkan pada peristiwa yang sama ia akan merasakan kecemasan sebagai reaksi atas adanya bahaya.
- 2. Faktor Lingkungan. Menurut Slavson (1987), salah satu penyebab munculnya kecemasan adalah dari hubungan-hubungan dan ditentukan langsung oleh kondisi-kondisi, adat-istiadat, dan nilai-nilai dalam masyarakat. Kecemasan dalam kadar terberat dirasakan sebagai akibat dari perubahan sosial yang amat cepat, dimana tanpa persiapan yang cukup, seseorang tiba-tiba saja sudah dilanda perubahan dan terbenam dalam situasi-situasi baru yang terus menerus berubah. Dimana perubahan ini merupakan peristiwa yang mengenai seluruh lingkungan kehidupan, maka seseorang akan sulit membebaskan dirinya dari pengalaman yang mencemaskan ini.
- 3. Faktor Proses Belajar. Menurut Mowrer (dalam Goldstein&Krasner, 1988:282) kecemasan timbul sebagai akibat dari proses belajar. Manusia mempelajari respon terhadap stimulus yang memperingatkan adanya peristiwa berbahaya dan menyakitkan yang akan segera terjadi¹⁰.

http:// Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan - wangmuba.com (diakses taggal 10 april 2009)

Pada dasarnya ada dua faktor yang menyebabkan kecemasan pada wanita, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tugas dan peranan wanita dalam rumah tangga dengan berbagai permasalahannya. tekanan setiap hari yang tidak pernah berakhir di rumah, mengatur jadwal kewajiban mereka terhadap anak-anak, masyarakat, kehidupan religius dan tanggung jawab pekerjaan, menyebabkan mereka mengalami overload atau hot reactor 11.

Faktor eksternal, yaitu pengabdian diri seorang wanita terhadap suami dan anak-anak menyebabkan ia sendiri tidak memiliki waktu untuk diri sendiri. Akibatnya ia merasa kosong, marah, dan frustasi karena pilihan hidup yang telah dilakukannya. 12

Sedangkan penyebab kecmasan yang dialami oleh subyek pertama, 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, ketakutan akan situasi medan tempat suami dinas yang dimana situasi tersebut sangat berbahaya bagi siapapun yang mendekat dikarenakan lokasinya rawan konflik.

Faktor eksternal tugas seorang istri sebagai ibu rumah tangga yang dimana subyek setiap harinya mengurus rumahhh merawat anak menyiapkan perlengkapan suami dan anak sebagai bentuk pengabdian kepada kelurga

¹¹ http://pembaharuankeluarga.wordpress.com/2009/01/02/kecemasan-1/ (diakses tgl 9 april 2009) 12 Ibid

sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustasi 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 kelurga sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan

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

Sedangkan penyebab kecmasan 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 ganggu 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 kelurga sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustasi 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 melakuka penyesuaian diri. Peneyesuain 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

cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung beraksi secara belebihan terhadap stres yang ringan pun. Susah untuk santai, mengalami gangguan tidur, kelelahan, nyeri kepala, pening dan jantung berdebar-debar adalah keluhan fisik yang sering ditemukan.¹³

Tanda dan gejala kecemasan Menurut Carpenito (2001), sindrom kecemasan berfariasi tergantung tingkat kecemasan yang dialami seseorang, yang manifestasi gejalanya terdiri dari¹⁴:

- 1) Gejala fisiologis: Peningkatan frekuensi nadi, tekanan darah, nafsu, gemetar, mual muntah, sering berkemih, diare, insomnia, kelelahan dan kelemahan, kemerahan atau pucat pada wajah, mulut kering, nyeri (dada, punggung dan leher), gelisah, pingsan dan pusing.
- 2) Gejala emosional: Individu mengatakan merasa ketakutan, tidak berdaya, gugup, kehilangan percaya diri, tegang, tidak dapat rileks, individu juga memperlihatkan peka terhadap rangsang, tidak sabar, mudah marah, menangis, cenderung menyalahkan orang lain, mengkritik diri sendiri dan orang lain.
- 3) Gejala kognitif: Tidak mampu berkonsentrasi, kurangnya orientasi lingkungan, pelupa (ketidakmampuan untuk mengingat) dan perhatian yang berlebihan.

Sedangkan gejala kecemasan yang dialami subyek pertama adalah gejala fisilogis badan subyek gemetaran, jantung berdetak keras, keluar keringat

Rita L. Atkinson, dkk. Pegantar pdikologi,edisi ke 11 jilid2 penerbit interaksara tkk http:// kecemasan\internet kecemasan\Ansietas _ blog.rusari.com_files (diakses taggal 23april 2009)

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 kawatir terhadap keadaan suami, gelisah, gugup, selalu tegang ketika mendapat kabar yang tidak mengenakkan, 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 fisilogis 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 kawatir terhadap keadaan suami, gelisah, gugup, selalu tegang ketika mendapat kabar yang tidak mengenakkan, 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 yan hendak beliau ambil selalu jatuh.

Sedangkan gejala kecemasan yang dialami subyek ketiga adalah mengalami gejala fisilogis 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 kawatir 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.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Kepergian suami bagi istri prajurit merupakan hal yang tidak menyenangkan dikarenakan harus berpisah jauh dengan orang yang dicintai, akibat kepergian suami dalam jangka waktu yang lama dan kondisi dalam rumah tangga menyebabkan para istri mengalami kecemasan.

Faktor penyebab kecemasan adalah 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 kelurga sehingga dari kewajiban tersebut membuat subyek tidak memperhatikan dirinya sendiri dan mengakibatkan ia merasa kosong, marah, dan frustasi 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.

Fear (Ketakutan) kecemasan sering timbul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan nasib suami, kondisi suami waktu di tempat dinas, diantaranya menunjukkan Gejala fisiologis yang dirasakan oleh para subyek diantaranya tangan gemetaran, jantung berdebar-debar, berkeringat seluruh tubuh, tangan dan kali lemas, muka pucat, kehilangan nafsu makan Gejala emosional subyek mengatakan merasa ketakutan, tidak berdaya, gugup, tegang, tidak

dapat rileks, subyek juga memperlihatkan peka terhadap rangsang, tidak sabar, mudah marah, menangis, Gejala kognitif subyek tidak mampu berkonsentrasi, tidak bisa fokus, selalu melamun dan juga terkadang pandangannya kosong.

Apabila gejala kecemasan ini tidak ditangani maka akan di khawatirkan para istri prajurit TNI-Al ini kan mengganggu katifitas sehari-hari subyek yang bersangkutan.

B. Saran

Dalam penelitian ini peneliti hanya meneliti fenomena kecemasan apa yang dialami istri prajurit TNI-AL yang sedang ditinggal tugas dinas suami. Saran yang diberikan peneliti kepada istri TNI-AL agar subyek selalu tenang dan berfikir positif terhadap suami dan selalu berdoa kepada Allah agar suami selalu dalam perlindungan-Nya, dan alihkanlah perhatian ke hal-hal yang menyenangkan ketika sedang ada masalah yang bisa menyebabkan kecemasan dan selalu bertawakallah kepada-Nya agar dijauhkan dari hal-hal yang menyulitkan kita. Kepada masyarakat hendaknya bisa meminimalisir hal-hal yang bisa menyebabkan kecemasan dengan mempelajari gejala-gejala kecemasan yang timbul akibat kita cemas.

untuk hasil lebih maksimal hendaknya agar orang yang melakukan atau melanjutkan penelitian ini menyertakan bagaimana cara menangani orang yang sedang mengalami kecemasan. ini sebagai tindak lanjut untuk perlu diteliti lagi untuk dapat dijadikan sebagai masalah penelitian berikutnya dengan berbagai wadah dan teknik yang lain untuk memperoleh

kesempurnaan dalam melanjutkan penelitian ini serta dapat memberikan peningkatan wawasan bagi kita semua.

Skripsi ini juga bisa dipelajari dan difahami oleh semua kalangan karena mengetahui lebih dini tanda-tanda kecemasan lebih-lebih juga megalami kecemasan, diharapkan bisa membantu penderita kecemasan untuk bisa kembali menjalani kehidupan sehari-hari dengan hati yang tenang.

Penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan, maka dari itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat-sangat diharapkan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bugin, Burhan, Metode penelitian kualitatif Aktualisasi metodologi kearah ragam varian kontenporer, Jakarta: Raja Grafindo Persada 2001
- Bugin, Burhan, Metodologi penelitian sosial format-format kuantitatif dan kualitataif, Surabaya: Airlangga Universitas Press 2001
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjamahannya*. Jakarta: Yayasan penyelenggara penterjemah Al-Qur'an
- Dwiyanto, Djoko. *Metode Kualitatif: Penerapannya dalam Penelitian*. www.inparametric.com (diakses tanggal 26 April 2009)
- http://one.indoskripsi.com/judul-skripsi/psikologi/apakah-ada-perbedaan-antaratingkat-kecemasan-ditinjau-dari-orientasi-locus-(diakses tgl 25 april 2009)
- http://pembaharuan.keluarga. Wordpress.com/2009/01/02kecemasan1 (diakses 20 april 2009)
- http://psikologi.binadarma.ac.id/jurnal trismati.pdf (diakses 20 april 2009)
- http://kecemasan\internet kecemasan\Ansietas _ blog.rusari.com_files (diakses taggal 23april 2009)
- http://www.tnial.mil.id./majalah/cakrawala/artikelCakrawala (diakses tgl 9 april 2009)
- http://wangmuba.com/2009/02/13/pengertian-kecemasan (diakses 20 april 2009)
- http://www.nbc4i.com/cmh/news/local/article/self_test_for_anxiety/13959/(diakse s tgl 25 april 2009)
- Kartono.kartini. *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*. Cv.Mandar maju.Bandung.1989
- Kartono. Kartini, Mental Hygiene (Kesehatan mental), alumni bandung. 1980
- Kushariadi, *lima puluh tahun gerak dan langkah jalasenastri*, Jakarta, dinas penerangan TNI-AL,1996
- Maramis. W.F, catatan ilmu kedokteran jiwa, Airlangga universitas pres. 1995

- 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 pdikologi, edisi ke 11 jilid2 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 prakte*k. 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