

Studi Literasi Psychological Well Being pada Prajurit TNI AD Yonif Raider X Pasca Penugasan

Literacy Study of Psychological Well Being on TNI AD from Yonif Raider X After Duty in Conflict Area

¹Salma Bella Pratama Militania, ²Fanni Putri Diantina

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,
Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

email: salmabella64@gmail.com, fanni.putri@gmail.com

Abstract. Prajurit TNI AD menghadapi berbagai tantangan, resiko dan pengorbanan. Salah satu tugasnya adalah menjaga perbatasan antara Papua dan Papua Nugini, yang mana kondisi wilayah tersebut memiliki kerawanan kontak senjata yang cukup tinggi. Penelitian oleh Chaturvedhula (2017) menyebutkan para prajurit pesawat tempur merasa hidup kekurangan selama penugasan akibat dari fasilitas dan kondisi wilayah yang sulit. Kondisi tersebut berdampak pada prajurit setelah pulang dari penugasan, mereka mengalami depresi yang cukup tinggi, serangan panik, dan trauma. Berbeda dengan para prajurit Yonif Raider X pasca penugasan di wilayah konflik, mereka beraktivitas secara normal dalam menjalankan tugasnya, tidak memiliki hambatan dalam menjalin relasi dengan lingkungannya, tetap memiliki rencana untuk tujuan hidupnya, tetap mengaktualisasikan dirinya pasca penugasan di wilayah konflik. Hal ini menggambarkan *Psychological Well-Being*. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran empirik mengenai *Psychological well-being* pada prajurit TNI AD Yonif Raider X Pasca Penugasan di Wilayah Konflik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi deksriptif dengan jumlah 130 responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *psychological well-being* dari Ryff yang sudah di adaptasi kedalam Bahasa Indonesia oleh Engger Zheng. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 95 orang (73,1%) tergolong memiliki *Psychological well-being* tinggi dan 35 orang (26,9%) tergolong memiliki *Psychological well-being* rendah.

Kata Kunci : *Psychological well-being*, Prajurit TNI AD, Wilayah Konflik

Abstract. TNI AD soldiers face various challenges, risks, and sacrifices. One of the responsibilities is to guard the border between Papua and Papua New Guinea, where the condition of the region has a high vulnerability for gun contact. Various studies by Chaturvedhula (2017) stated that fighter warriors felt they lack in life during their duties due to bad regional facilities and conditions. This condition affected the soldiers after returning from their duties in which they experienced high depression, panic attack, and trauma. Being different from the soldiers of Raider X Battalion, after duties in conflict areas, they can carry out their normal activities as soldiers. They also have no obstacles in establishing relations with their environment, still having plans for their life goals as well as actualizing themselves after duties in conflict areas. This illustrates the Psychological Well-Being. The purpose of this study was to obtain an empirical picture of Psychological well-being on AD Army Battalion Raider X Post-Duties in Conflict Areas. The method used in this study is a descriptive study of 130 respondents. The measuring instrument used was the psychological well-being questionnaire from Ryff which had been adapted into Indonesian by Zheng Engger. The result of this study shows that 95 people (73.1%) belong to high Psychological well-being and 35 people (26.9%) belong to low Psychological well-being.

Keywords: Psychological well-being, Army Soldiers, Conflict Areas

A. Pendahuluan

Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI AD) merupakan bagian yang terintegrasi dari sistem pertahanan nasional Indonesia. Sejak kelahirannya, TNI AD mengemban tugas sebagai alat negara yang diharapkan dapat menjaga dan melindungi keamanan negara;

bertanggung jawab atas operasi di darat; dalam rangka menegakkan kedaulatan negara; mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) yang berdasarkan Pancasila dan UUD Negara Kesatuan Republik Indonesia tahun 1945; serta melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman

dan gangguan demi keutuhan dan ketentraman bangsa dan negara (Marwoto, 2012). Batalyon infanteri yang berkualifikasi Raider merupakan salah satu pasukan tempur yang telah terlibat dalam berbagai operasi tempur. Salah satunya Batalyon Raider di Jawa Barat adalah Yonif Raider X yang berada di Cibuluh Kabupaten Garut, Salah satu tugas utama satuan ini adalah sebagai pengaman perbatasan antara Republik Indonesia-Papua New Guinea, dan hingga saat ini masih mengirimkan pasukannya untuk menjadi satgas pengamanan perbatasan tersebut. Pelaksanaan operasi pengamanan perbatasan memiliki tujuan mencegah negara lain memperluas wilayah daratannya, kegiatan infiltrasi dan seluruh kegiatan illegal di wilayah perbatasan darat NKRI. Di Papua sendiri, kondisi masyarakat asli pada umumnya hidup berkelompok sesuai suku masing-masing dan masih terbelah tradisional, kental dengan adat istiadat, serta masih banyak terjadi konflik antar suku. Di Papua pun, terdapat sekelompok masyarakat yang tidak puas pada pemerintah RI, sehingga sekelompok masyarakat itu membentuk Tentara Pembebasan Nasional/Organisasi Papua Merdeka (TPN/OPM) sebagai *front* perlawanan rakyat bersenjata Papua terhadap pemerintah Republik Indonesia. TPN/OPM ini kerap memengaruhi masyarakat sipil untuk menjadi simpatisan /pendukungnya baik melalui cara-cara lunak maupun teror dan menjadikan mereka sebagai tameng hidup bila mereka terdesak oleh TNI. Kondisi tersebut membuat TNI memiliki resiko yang tinggi dalam pengamanan wilayah perbatasan tersebut, seperti seringnya terjadi kontak senjata dengan kaum separatis, adanya penolakan oleh masyarakat dan tidak jarang hilangnya nyawa prajurit terjadi dengan adanya kondisi

kerawanan tersebut.

Prajurit TNI AD merupakan profesi yang penuh dengan berbagai tantangan, resiko dan pengorbanan. Jiwa dan raga seorang prajurit didharma baktikan untuk kepentingan bangsa dan Negara, guna menjaga keselamatan bangsa dan tetap tegaknya kedaulatan NKRI. Penelitian yang dilakukan oleh Chaturvedhula pada tahun 2017 mengenai kondisi mental kesejahteraan para prajurit pasca penugasan. Hasilnya menyebutkan, bahwa setelah penugasan para prajurit pesawat tempur di wilayah konflik yang menghadapi kondisi serba terbatas dan beratnya tugas, berdampak pada kondisi mental prajurit. Mereka mengalami depresi yang cukup tinggi, serangan panik, dan trauma. Penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi pada tahun 2008 meneliti tentang stress kerja pada prajurit TNI-AD di Yonif 400/Raider dan kekerasan dalam rumah tangga. Hasilnya stress yang di alami oleh prajurit sebagai akibat dari pasca penugasan di daerah konflik meningkatkan resiko kematian pada prajurit, berdampak pada semakin tingginya kekerasan dalam rumah tangga prajurit, baik kekerasan psikologis, fisik, seksual dan finansial. Terdapat berbagai penelitian yang dilakukan untuk melihat dampak yang ditimbulkan dari penugasan tentara di daerah konflik. Penelitian yang dilakukan oleh Hines dkk, pada tahun 2014 mengenai kondisi psikologis prajurit TNI AD pasca penugasan di Iraq & Afganistan. Hasilnya menyatakan bahwa terdapat prajurit US Army yang mengalami PTSD pasca penugasan dari Afganistan yaitu sebanyak 7,1% dari 36 orang prajurit dan prajurit yang bertugas di Irak sebanyak 12,9% dari 50 orang prajurit yang bertugas. Penelitian lain yang dilakukan oleh Al-Turkait dan Ohaeri pada tahun 2008 mengenai kondisi mental prajurit pasca perang di Kuwait.

Hasilnya yaitu gangguan stress pasca penugasan pada militer di Kuwait terdapat pada tentara yang terlibat dalam pertempuran. Adapun data dari *Army Office the Surgeon General* pada tahun 2012 menunjukkan sekitar 130.000 tentara Amerika Serikat didiagnosa mengalami PTSD akibat penugasan perang Irak. Kemudian didapat pula data dari tahun 2000 sampai tahun 2012, sebanyak 253.330 tentara Amerika Serikat mengalami *Traumatic Brain Injury* pasca penugasan perang di Irak.

Penelitian yang dilakukan oleh Gates,dkk pada tahun 2012 mengenai prevalensi kondisi mental pada tentara amerika serikat pasca penugasan di Irak. Hasil dari temuannya berupa adanya faktor epidemiologi yang menyebabkan tingginya resiko PTSD pada personel militer AS adalah paparan kematian, pembunuhan dan kekejaman selama di daerah penugasan, kurangnya dukungan sosial, pengalaman pulang kerumah yang negatif, dan paparan stres hidup. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Prayana pada tahun 2015 mengenai *Psychological Well-Being* pada Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD) hasilnya menunjukkan 60% rendahnya *psychological well being* yang dimiliki oleh prajurit TNI AD dibandingkan dengan jabatan yang lebih tinggi seperti bintara dan perwira, yang mana prajurit TNI AD ini memiliki resiko dan tekanan yang tinggi dalam menjalankan tugasnya sehingga akan memengaruhi *psychological well being* seseorang. Di Indonesia sendiri terdapat fenomena dimana terjadi peristiwa seorang anggota prajurit TNI di Kota Pekanbaru memukuli anggota polisi setelah pulang penugasan dari wilayah Papua. Hal ini dikonfirmasi oleh dokter TNI AD bahwa anggota TNI tersebut ternyata mengalami gangguan depresi akibat

penugasan di wilayah konflik (Liputan6.com). Pada tahun 2013 seorang Psikolog yang sempat menangani kasus PTSD di kalangan militer menceritakan bahwa ada seorang prajurit yang mengalami depresi saat ditugaskan di wilayah konflik karena adanya tekanan dan resiko yang tinggi tidak hanya dari wilayah pekerjaannya namun juga dari tekanan senior yang membuat prajurit tersebut depresi (Tirto.id). Berbagai penelitian menemukan bahwa PTSD memang rentan terjadi bagi orang-orang yang hidup di dunia militer, untuk konteks Amerika Serikat misalnya: Departemen of Veteran Affairs merilis laporan, sekitar 11-20% tentara yang ikut dalam Perang Teluk, dan 30% yang terlibat dalam perang Vietnam mengalami PTSD sehingga kesejahteraan yang ada pada diri prajurit itu rendah (Tirto.id). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chaturvedhula pada tahun 2017 yang menyatakan bahwa *psychological well being* pada prajurit pesawat tempur lebih rendah dibandingkan dengan para prajurit yang memegang pesawat saat bertugas untuk bakti sosial. Dalam artikel yang ditulis oleh Brounéus tahun 2014 mengenai dimensi kesejahteraan psikologis prajurit yang kembali setelah operasi menyatakan bahwa kondisi *Psychological well being* prajurit penting untuk diteliti. Karena dalam laporan kesehatan mental dan kesejahteraan Angkatan Pertahanan Australia pada tahun 2010, secara jangka pendek prajurit setelah pulang penugasan membaik secara ekonomi, namun secara jangka panjang sering terjadi adanya gangguan mental dan depresi. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti bermaksud untuk mengetahui bagaimana gambaran *psychological well-being* pada prajurit TNI AD Yonif Raider X Pasca Tugas di

Wilyah Konflik?

B. Landasan Teori

Ryff (1989) mengatakan *psychological well-being* adalah bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri dan kualitas mengenai kehidupannya yang tidak hanya sebatas pencapaian kepuasan, namun juga adanya usaha atau dorongan untuk mengembangkan dan merealisasikan potensi diri yang sesungguhnya. *Psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Segala aktifitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada kondisi mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup dinamakan *psychological well-being* (Bradburn dalam Ryff & Keyes (1995). *Psychological well-being* juga berkaitan dengan reaksi individu terhadap kehidupannya, baik dalam pengertian kepuasan hidup (evaluasi kognitif) maupun afeksi (reaksi emosional yang terjadi).

Dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan Ryff disusun dalam enam dimensi, yaitu: (1) Penerimaan diri (*self acceptance*) adalah bagian penting dari pwb dan menyangkut pandangan positif yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri. Ini tidak merujuk pada cinta diri narsistik atau harga diri yang dangkal, tetapi lebih kepada penghargaan diri yang dibangun dan mencakup aspek positif dan negatif (Ryff dan Singer, 2003). (2) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) adalah kemampuan individu Ini termasuk ketabahan, kesenangan dan kesenangan manusia yang datang dari kontak dengan orang lain, dari keintiman dan cinta (Ryff dan Singer,

2003). (3) Otonomi (*autonomy*) mengacu pada kemampuan seseorang untuk berbaris ke kehidupannya sendiri dan untuk mengejar keyakinan dan keyakinan pribadi, bahkan jika ini bertentangan dengan dogma yang diterima atau kebijaksanaan konvensional. Ini juga merujuk pada kemampuan untuk menyendiri jika perlu dan hidup mandiri (Ryff dan Singer, 2003). (4) Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) adalah faktor penting lainnya dalam kesejahteraan dan menyangkut tantangan seseorang yang menguasai lingkungan di sekitarnya. Kemampuan ini membutuhkan keterampilan menciptakan dan mempertahankan lingkungan yang bermanfaat bagi seseorang (Ryff dan Singer, 2003). (5) Tujuan hidup (*purpose of life*) adalah kemampuan seseorang untuk menemukan makna dan arah dalam pengalamannya sendiri, dan untuk mengusulkan dan menetapkan tujuan dalam hidupnya (Ryff dan Singer, 2003). (6) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*) Faktor ini menyangkut kemampuan seseorang untuk menyadari potensi dan bakatnya sendiri dan untuk mengembangkan sumber daya baru. Ini juga sering melibatkan pertemuan dengan kesulitan yang mengharuskan seseorang untuk menggali lebih dalam untuk menemukan kekuatan batin seseorang (Ryff dan Singer, 2003). Faktor-faktor dalam *Psychological Well Being* diantaranya ada factor demografis; (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, pendidikan, budaya), dukungan sosial, Evaluasi terhadap pengalaman hidup, locus of control.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Perilaku yang ditunjukkan oleh para prajurit tersebut relevan dengan aspek-aspek penilaian *psychological well-being* sebagai berikut:

Aspek pertama yang dikemukakan oleh Ryff adalah penerimaan diri (*self acceptance*), Penerimaan diri (*self acceptance*) yaitu kemampuan seseorang menerima dirinya secara keseluruhan, baik pada masa kini dan masa lalunya. Perilaku yang ditunjukkan oleh prajurit ialah mereka dapat menerima keadaan mereka sebagai tonggak NKRI meskipun memiliki resiko tinggi baik itu secara fisik ataupun psikis, para prajurit pun tetap menjalani aktivitas secara normal sebagai kepala rumah tangga.

Aspek kedua berkaitan dengan interaksi yang dibangun oleh individu yaitu hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) yaitu kemampuan individu menjalin hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya. Perilaku yang ditunjukkan oleh para prajurit dapat bergabung dengan masyarakat sekitar Batalyon, saling akrab dengan sesama orang tua di sekolah anaknya, serta tetap menjalin komunikasi dengan baik pada junior satuannya saat berlatih kembali pasca penugasan di wilayah konflik, bahkan beberapa diantaranya memiliki kegiatan lain di berbagai organisasi, seperti menjadi pengurus DKM masjid.

Aspek ketiga yaitu Otonomi (*autonomy*), otonomi (*autonomy*) digambarkan sebagai kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Perilaku yang ditunjukkan yaitu adanya kemampuan prajurit untuk tetap mandiri dan menjalani aktivitas sendiri, terlihat dari kemampuan mereka dalam berperan sebagai ayah ketika sang istri ada kegiatan bersama yayasan Persit. Selain itu mereka mampu menentukan keterlibatan dalam penugasan luar selanjutnya, keputusan tersebut dibuat tanpa campur tangan

orang lain.

Aspek keempat yaitu penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) digambarkan dengan kemampuan individu untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, menciptakan, dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan. Hal ini ditunjukkan oleh para prajurit yang mampu memanfaatkan lingkungan untuk melakukan latihan tembak tangkas, menempuh pendidikan yang lebih tinggi serta menjadi narasumber pengalaman sebagai prajurit tempur di wilayah konflik hingga peran menjadi seorang ayah dan suami dalam keluarga militer.

Aspek kelima yaitu Tujuan hidup (*Purpose in life*), Tujuan hidup (*Purpose in life*) memiliki pengertian individu memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, memegang keyakinan bahwa individu mampu mencapai tujuan dalam hidupnya, dan merasa bahwa pengalaman hidup di masa lampau dan masa sekarang memiliki makna. Hal ini ditunjukkan oleh para prajurit yang mempunyai kehidupan mereka kedepannya seperti ingin menaikan jabatannya dengan cara menempuh pendidikan yang lebih tinggi, karena hal ini berpengaruh pada kondisi ekonomi, penempatan penugasan, dan kesejahteraan hidupnya.

Aspek keenam yaitu pertumbuhan pribadi (*personal growth*), Pertumbuhan pribadi (*personal growth*) yaitu kemampuan individu untuk mengembangkan potensi diri dan berkembang sebagai seorang manusia. Hal ini ditandai dengan para prajurit mampu mengembangkan diri melalui potensi-potensi seperti di bidang olahraga dan tembak tangkas secara rutin untuk

mengembangkan potensi dirinya dalam melaksanakan tugas pokok sebagai tonggak NKRI, serta menjadi narasumber dalam pelatihan pada siswa calon prajurit.

D. Kesimpulan

Berdasarkan paparan perilaku yang sudah dijabarkan di atas dapat menggambarkan enam aspek yang ada pada *psychological well being* menurut Ryff (1989). Adanya *psychological well being* tersebut, para Prajurit mampu memandang kehidupannya secara positif, hal ini merupakan hasil dari evaluasi atas pengalaman hidup yang dialami dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan sehingga mereka merasa puas dan sejahtera dalam kehidupannya. Hal ini terlihat dari mereka yang mampu menggunakan potensi yang dimiliki terutama dalam menghadapi berbagai masalah hidupnya serta para prajurit mampu berfungsi di lingkungannya dan mencapai pribadi *psychological well being*.

E. Saran

1. Bagi para prajurit TNI AD yang sudah memiliki *Psychological Well Being*, diharapkan dapat mempertahankan *Psychological Well Being* yang sudah dimilikinya, dengan cara mempertahankan hubungan yang hangat serta menerima kekurangan dan kelebihan dengan masyarakat diluar Yonif Raider X, megembangkan potensi dalam dirinya secara efektif dan kreatif sesuai dengan kebutuhan pribadinya, merencanakan dan meraih tujuan hidup yang akan dicapai, mandiri dan menguasai lingkungan sesuai dengan kompetensi yang dimiliki para prajurit TNI AD.
2. Bagi instansi yang terkait dalam hal ini satuan Yonif Raider X diharapkan dapat menyiapkan suatu pelatihan terkait dengan *self awareness, goal setting, conflict management*. Serta adanya pengukuran kondisi psikologis untuk para prajurit TNI AD Pra penugasan dan pasca penugasan di wilayah konflik guna tetap terukur terkait dengan *Psychological Well Being* pasca penugasan.

Daftar Pustaka

- Ananda, K., S. (2012). Dalam 155 Hari, 154 Tentara Amerika Serikat Bunuh Diri. Diakses dari <https://m.kumparan.com/@kumparannews/daftar-kejahatan-tentara-veteran-perang-pengidap-ptsd>.
- Al-Turkait, Fawziyah A., & Ohaeri Jude U. (2008). Prevalence and Correlates of Posttraumatic Disorder among Kuwaiti Military Men According to Level of Involvement In The First Gulf War, Depression and Anxiety, 25, 932-940.
- Auliani, P., A. (2014). Kisah Trauma Tentara Sepulang dari Afghanistan. Diakses dari <https://nationalgeographic.grid.id/amp/13293010/kisah-trauma-tentara-australia-sepulang-dari-afghanistan>.
- Prayana, Kurnia. (2015). Psychological Well-Being pada Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD) MAKOREM 083 BALADHIKA JAYA Malang, Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ryff, C. (1989). Journal of Personality and Social Psychology:

Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological well-being, 57(6), 1069-1081.

Ryff, C., D. (1989) Happiness is Everything, or is it? Explorations On The Meaning Of Psychological Well Being, Journal Of Personality And Sosial Psychology. 57(6), 1069-1081.

Ryff, C. D., & Essex, M. J. (1992). The interpretation of life experience and well-being: The sample case of relocation. *Psychology & Aging*

Ryff, C.D., & Keyes, L.M. (1995). Journal of Personality and Social Psychology: The Structure of Psychological well-being Revisited. 69(4), 719-727.

Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being. In C. D. Ryff & V. W. Marshall (Eds.), *The self and society in aging processes* (pp. 247-278). New York, NY: Springer