

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Resimen Mahasiswa merupakan organisasi yang ada didalam perguruan tinggi negeri ataupun swasta beranggotakan mahasiswa itu sendiri untuk mempersiapkan jiwa kebangsaan, bela negara, kepemimpinan dan nilai kedisiplinan dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab sesuai dibawah asuhan Tentara Nasional Indonesia (Pemuda & Erin, 2016)

Resimen mahasiswa sebagai komando cadangan pertahanan negara Republik Indonesia memiliki peraturan dan kegiatan yang mengacu pada Tentara Nasional Indonesia namun sistem semi militer, sejak awal mengikuti kegiatan akan diberikan doktrin tentang disiplin dalam mengatur waktu, tanggung jawab, dan tugas setiap individu agar terbiasa dalam kehidupan sehari-hari dan terbentuk perilaku yang dapat mengelola dirinya dengan baik. Penerapan peraturan untuk nilai kuliah atau indeks prestasi semester minimal 3,2 jika salah satu anggota memperoleh nilai tidak memenuhi kriteria yang ditetapkan maka ada sanksi wajib harus dilaksanakan karena kuliah tetap diutamakan walau sebagai mahasiswa berorganisasi(Fiana, Dhamis, & Ridha, 2013).

Anggota Resimen Mahasiswa memiliki peran di universitas melakukan kegiatan pengamanan, kegiatan pengamanan tersebut dilakukan di lingkungan universitas dan pelaksanaannya rutin dilakukan pada setiap ada wisuda dan acara lainnya. Agenda pengamanan pada acara, anggota resimen mahasiswa

yang bertugas dalam pengamanan wisuda mendapat tugas untuk menjaga kondisi didalam ruangan untuk mengatur tentang kerapian dan ketenangan suasana pada saat pelaksanaan acara. Resimen mahasiswa pada kegiatan pengamanan acara dilingkungan universitas adalah disiplin, tanggung jawab, cinta tanah air selain pengamanan berbekal latar belakang keilmuan yang dipelajari di bangku kuliah, Resimen Mahasiswa merupakan salah satu potensi yang dapat diandalkan untuk menyongsong era globalisasi dan perang modern yang menuntut kualitas sumberdaya manusia yang unggul dan mumpuni (Perdana, 2012).

Menjadi anggota resimen mahasiswa memiliki peluang mendapatkan beasiswa menjadi anggota Tentara Nasional Indonesia, memiliki sertifikat latihan pendidikan dasar dengan tanda tangan Panglima Komando Daerah Militer, diajarkan karakter pemuda bela negara tetapi menjadi anggota Resimen Mahasiswa harus bias mengatur waktu dengan baik agar tugas dan tanggung jawab di perkuliahan dan di satuan tidak terbengkalai karena kegiatan resimen mahasiswa rutin, anggota baru harus bisa melakukan adaptasi yang baik dengan cara sering berkonsultasi dengan seniornya (Pemuda & Erin, 2016)

Anggota Resimen Mahasiswa Jawa Timur menurut staf komando resimen mahasiswa sekitar 600 anggota, sedangkan di kabupaten Jember ada 50 anggota yang merupakan gabungan dari universitas Jember, politeknik negeri Jember dan universitas muhammadiyah Jember. Di universitas muhammadiyah Jember ada 31 anggota dari sekitar 8.000 mahasiswa dengan presentase 0,4% yang menjadi anggota Resimen Mahasiswa karena memang

harus melalui tes masuk seleksi sehingga terpilih anggota-anggota yang memiliki tekad kuat dari dalam diri (Winanda, Farida , & Puji , 2016).

Kegiatan harian anggota adalah piket pagi dari pukul 06.45 WIB sampai 15.00 WIB dan piket malam khusus anggota laki-laki dimulai pukul 20.45 WIB sampai 06.00 WIB, kegiatan piket dilaksanakan 3 kali seminggu disesuaikan dengan jadwal kuliah agar tidak mengganggu belajar dikelas dan saat piket tidak hanya menjaga markas komando tetapi sebagai pusat informasi dan belajar materi resimen mahasiswa. Pada saat melaksanakan piket ada peraturan urusan dinas dalam yang harus diterapkan sesuai dengan peraturan yang diadopsi dari tentara nasional Indonesia dan harus dilaksanakan dengan disiplin saat ketepatan waktu datang dan pulang piket, kerapian seragam, kelengkapan seragam, dan tata cara sikap kepada senior (Perdana, 2012).

Resimen Mahasiswa memiliki struktur organisasi jabatan sesuai kemampuan yang dipercaya oleh unsur pimpinan seperti jabatan komandan, wakil komandan, provost, kepala urusan dan kepala bidang. Semua jabatan memiliki peran penting seperti komandan dan wakil komandan satuan yang bertanggung jawab atas keseluruhan anggota yang berada di lingkungan satuan Resimen Mahasiswa tersebut. Menurut (Bakesbang Jatim, 2005)Komandan dan wakil komandan satuan juga dibantu oleh unsur staf yang berada pada garis komando langsung pimpinan. Unsur staf terdiri dari Kepala urusan administrasi (Kaur Admin), Kepala urusan khusus (Kaur Sus), dan Kepala urusan pendidikan dan latihan (Kaur Diklat). Kaur Admin adalah kepala urusan administrasi yang bertugas mengurus keluar masuknya surat yang ada di satuan resimen mahasiswa.

Kaur sus adalah kepala urusan khusus yang bertugas mengawasi semua perlengkapan yang ada di satuan resimen mahasiswa. Kaur Diklat adalah kepala urusan pendidikan dan latihan yang bertugas membuat rencana operasional di satuan resimen mahasiswa selama satu periode jabatan sesuai dengan semboyan Menwa Indonesia adalah "Widya Çastrena Dharma Siddha", berasal dari bahasa Sanskerta yang berarti "Penyempurnaan Pengabdian Dengan Ilmu Pengetahuan dan Ilmu Keprajuritan"(Wibowo, 2015).

Penyesuaian tugas satuan dan tugas kuliah yang membuat anggota harus bisa membagi waktu dengan baik agar tidak ada yang terbengkalai tetapi tuntutan membuat anggota merasa tertekan dan ketegangan sehingga berisiko mengalami stres. Menurut Lazzarus (1976) (dalam (Nasir & Munith, 2011)) menjelaskan bahwa stres merupakan mekanisme yang bersifat individual. Stres bagi seseorang belum tentu merupakan stres bagi yang lainnya karena setiap orang memiliki persepsi dan toleransi yang berbeda-beda tentang hal-hal yang menjadi hambatan atau tuntutan yang mungkin menimbulkan stres.

Penelitian terkait sebelumnya, pada penelitian yang dilakukan oleh (Wibowo, 2015) dengan judul "Hubungan Penerapan Kedisiplinan Dengan Tingkat Stres Pada Anggota Resimen Mahasiswa Di Koordinator Wilayah III Jember" yang meneliti tentang pengaruh penerapan kedisiplinan terhadap anggota resimen mahasiswa yang berpengaruh pada tingkat stres anggota hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden terdapat 17 responden (44,7%) mengalami stres berat, 13 responden (34,2%) mengalami stres sedang, dan 8 responden (21,1%) mengalami stres ringan sedangkan penelitian terkait yang dilakukan oleh Nur Indri Rahayu (2011) tentang "Hubungan Olahraga Rekreasi

dengan Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keolahragaan” yang meneliti tentang pengaruh olahraga dengan penurunan tingkat stres pada mahasiswa dengan hasil penelitian menunjukkan sumbangan olahraga rekreasi untuk menanggulangi tingkat stres mahasiswa adalah pada tingkat sedang yaitu 39.4%, dan untuk selebihnya sebanyak 60.6% dipengaruhi oleh faktor lain. Tingkat stres yang dimiliki anggota resimen mahasiswa yaitu (44,7%) mengalami stres berat tetapi resimen mahasiswa memiliki kegiatan rutin setiap minggu yaitu olahraga untuk melatih kebugaran fisik dan menyegarkan pikiran anggota namun tidak seluruhnya rutin mengikuti olahraga selain alasan kuliah seperti malas, ketiduran, dan capek. Peneliti akan melakukan penelitian hubungan antara olahraga dengan adaptasi stres pada anggota resimen mahasiswa.

Studi pendahuluan dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2017 pukul 13.00-14.30 WIB berupa wawancara singkat kepada 8 responden didapatkan hasil bahwa 5 anggota mengalami maladaptif dan 3 anggota mengalami adaptif yang di tandai dengan keadaan anggota yang sulit untuk konsentrasi, mudah murung, cemas dan stres mempengaruhi banyak aspek dalam kehidupan manusia. Pada aspek kognisi, stres dapat menyebabkan gangguan pada fungsi kognitif dengan menurunkan atau meningkatkan perhatian pada sesuatu. Aspek emosi, stres dapat menimbulkan rasa ketakutan yang merupakan reaksi umum ketika individu merasa terancam. Berkaitan aspek perilaku sosial, stres dapat mengubah perilaku individu dalam menghadapi orang lain, adaptasi setiap individu dalam menghadapi stres saat menjalankan tugas tidak sama sesuai dengan pengalaman dan kemampuan masing-masing. Namun Resimen Mahasiswa memiliki kegiatan rutin mingguan yaitu olahraga atau biasa disebut dengan penyegaran sebagai

bentuk dari *refreshing* anggota dari beban pikiran, maka peneliti bermaksud melakukan sesuatu penelitian yang berjudul “hubungan aktivitas olahraga dengan adaptasi stres pada anggota Resimen Mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Resimen Mahasiswa merupakan unit kegiatan mahasiswa yang beranggotakan mahasiswa yang telah melaksanakan pendidikan dasar, selain mendapatkan ilmu akademik juga mendapatkan ilmu keprajuritan sehingga mengemban jabatan masing-masing yang telah ditentukan komandan dan wakil komandan. Menjalankan tugas harus penuh kedisiplinan karena apabila lalai atau melakukan kesalahan akan ada sanksi sehingga tuntutan membuat anggota stres tetapi harus bisa melakukan adaptasi agar tidak berakibat fatal, olahraga rutin 2 kali seminggu bentuk dari penyegaran anggota oleh karena itu perlu penilaian aktivitas olahraga terhadap adaptasi stress anggota resimen mahasiswa.

2. Pertanyaan Masalah

- a.) Bagaimanakah aktivitas olahraga pada anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember?
- b.) Bagaimanakah adaptasi stres dalam melaksanakan tugas pada anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember?
- c.) Adakah hubungan antara aktivitas olahraga dengan adaptasi stres dalam melaksanakan tugas anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menjelaskan hubungan aktivitas olahraga terhadap adaptasi stres dalam melaksanakan tugas pada anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi aktivitas olahraga pada anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.
- b. Mengidentifikasi adaptasi stres dalam melaksanakan tugas pada anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.
- c. Menganalisis hubungan antara aktivitas olahraga dengan adaptasi stres dalam melaksanakan tugas anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi :

1. Anggota resimen mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan tentang aktivitas olahraga untuk adaptasi stres saat menjalankan tugas.

2. Pimpinan resimen mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan serta masukan bagi unit kegiatan mahasiswa terkait perlu tidaknya kegiatan selain olahraga sebagai alternatif adaptasi stres anggota.

3. Ilmu keperawatan

Sebagai dasar dalam mengembangkan ilmu di bidang keperawatan jiwa khususnya olahraga sebagai penanganan stres agar mampu melakukan adaptasi.

4. Peneliti

Memperoleh pengalaman dalam proses penelitian kuantitatif khususnya tentang hubungan antara hubungan aktivitas olahraga dengan adaptasi stres dalam melaksanakan tugas anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.

5. Peneliti selanjutnya

Dapat menjadi bahan referensi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai aktivitas olahraga terhadap adaptasi stres dalam melaksanakan pada anggota anggota resimen mahasiswa di Koordinator wilayah III Jember.