

FBAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) adalah Negara kepulauan (*archipelagic state*) yang memiliki 17.506 pulau dan luas perairan sekitar 5,8 km². Indonesia ditinjau dari segi geografis, geopolitik maupun geoekonomi, terletak di posisi silang yang sangat strategis dan menentukan dalam dinamika perhubungan internasional (Srena Koarmatim, 2005).

TNI AL merupakan bagian dari Tentara Nasional Indonesia yang turut membantu mempertahankan Negara Kesatuan Republik Indonesia. Menurut Undang-Undang No. 34 tahun 2004, tugas pokok TNI adalah menegakkan kedaulatan Negara, mempertahankan keutuhan wilayah dan melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman dan gangguan. Tugas pokok tersebut dilaksanakan melalui Operasi Militer untuk Perang (OMP) dan Operasi Militer Selain Perang (OMSP). Menurut pasal 9 tugas Angkatan Laut antara lain; melaksanakan tugas TNI mantra laut dibidang pertahanan, menegakkan hukum dan menjaga keamanan diwilayah laut yurisdiksi nasional sesuai dengan ketentuan hukum nasional dan hukum internasional yang telah diratifikasi, melaksanakan tugas diplomasi Angkatan Laut dalam rangka mendukung kebijakan politik luar negeri yang telah ditetapkan pemerintah, melaksanakan tugas TNI dalam pembangunan dan pengembangan kekuatan mantra laut, dan melaksanakan pemberdayaan wilayah pertahanan laut.

TNI AL terbagi dalam beberapa satuan untuk memfokuskan tugas mereka, salah satunya adalah Satuan Kapal Selam. Menurut Srena Koarmatim (2005), satuan kapal adalah komando pelaksana pembinaan dari Koarmatim sebagai pelaksana pembinaan kekuatan dan kemampuan tempur unsur-unsur organiknya dalam bidang peperangan tertentu dalam rangka meningkatkan kemampuan tempur. Satuan Kapal Selam TNI AL merupakan satuan yang bertugas untuk menjaga perairan Indonesia dengan menggunakan Kapal Selam.

Awak Kapal Selam TNI AL bekerja pada ruang kapal yang berbeda dengan ruang kerja karyawan pada umumnya, bahkan berbeda dengan ruang kapal satuan TNI AL yang lain. Para awak kapal selam menghabiskan waktu bekerja di laut dengan keadaan ruang dan lingkungan sekitar yang berbeda dengan darat, yaitu dibawah permukaan laut.

“Para awak kapal selam bukanlah prajurit biasa. Mereka adalah manusia-manusia pilihan yang mampu bertahan dalam situasi dan kondisi sesulit apapun. Tetapi itulah faktanya, nasib para awak kapal selam bisa dibilang tidak se enak awak kapal atas laut biasa.” (Ulumuddin, 2012).

Awak kapal selam, dalam melaksanakan tugasnya harus bertahan didalam kapal selam, dibawah permukaan laut selama sehari-hari sebelum muncul kepermukaan. Sehingga para awak kapal selam tidak dapat melihat permukaan laut selain pada waktu tertentu. Rutinitas yang monoton serta melihat teman yang sama dalam sebuah kapal selama sehari-hari merupakan hal yang membosankan bagi manusia normal.

“Berada di kedalaman laut, dikurung dalam kapal selam yang sempit selama puluhan hari bukanlah perkara mudah. Rasa jenuh, stres, hingga gangguan

kejiwaan, menjadi ancaman nyata. Belum lagi keganasan laut yang bisa menenggelamkan mereka sewaktu-waktu.” (Ulumuddin, 2012).

Lingkungan kerja awak kapal selam dapat dikatakan sebagai lingkungan ekstrim. Menurut Sandal (1998, 2000 dalam Kimhi, 2011), telah ada peningkatan substansial dalam jumlah orang yang tinggal dan beroperasi ditempat yang terisolasi, terbatas, dan rekayasa lingkungan, seperti pesawat ruang angkasa, menyelam di kedalaman, stasiun cuaca, kapal selam, dan pos-pos di kutub. Lingkungan seperti ini sering disebut dengan lingkungan yang ekstrim dalam literatur profesional (Shimamiya dkk, 2005; Steel, 2005 dalam Kimhi, 2011). Menurut Paulus dkk (2009, dalam Kimhi, 2011) lingkungan yang ekstrim didefinisikan sebagai konteks eksternal yang mengekspos individu pada tuntutan keadaan psikologis dan/atau kondisi-kondisi fisik, dan yang dapat memiliki efek mendalam pada kinerja kognitif dan perilaku.

Tugas kapal selam secara luas diakui sebagai salah satu bentuk yang paling stres dan psikologis dibandingkan dengan militer lainnya. *Stressor* yang menonjol termasuk pekerjaan dan ruang tinggal yang sangat kecil, tidak ada isyarat siang/malam, terkekang, terisolasi dari semua interaksi dengan dunia luar, rutinitas yang monoton, berpisah dengan anggota keluarga, dan tanggung jawab operasional yang lama dan potensi bahaya yang tinggi (Eid, 2002; Suedfeld & Baja, 2000 dalam Kimhi, 2011). Menurut Kimhi (2011), tidak mengherankan bahwa calon awak kapal selam melalui berbagai proses seleksi dan pelatihan intensif untuk mempersiapkan mereka. Proses rekrutmen awak kapal selam berbeda dengan rekrutmen awak kapal lainnya, dibutuhkan proses seleksi dan

pelatihan yang lebih intensif. Banyak penelitian yang dikembangkan untuk meningkatkan proses seleksi (Walter, 1998; Gunderson & Nelson, 1966 dalam Kimhi, 2011).

Menurut (Robbins & Judge, 2007) terdapat tiga faktor penyebab stres yaitu; faktor lingkungan, faktor organisasi, faktor pribadi. Faktor lingkungan kerja yang mengakibatkan stres meliputi ketidakpastian ekonomi, politik, dan perubahan teknologi. Tuntutan tugas, tuntutan peran (ruang kerja yang penuh sesak) serta tuntutan antarpribadi merupakan faktor organisasi yang dapat menyebabkan stres. Sementara faktor pribadi karena adanya persoalan keluarga, ekonomi dan kepribadian. Faktor yang mempengaruhi lingkungan kerja fisik adalah rancangan ruang kerja. Rancangan ruang kerja yang baik dapat menimbulkan kenyamanan bagi pegawai di tempat kerjanya. Faktor-faktor dari rancangan ruangan kerja terdiri dari ukuran ruang kerja, pengaturan ruang kerja, dan privasi. Satuan Kapal Selam Koarmatim memiliki dua kapal selam, yaitu KRI Cakra (401) dan KRI Nanggala (402). KRI Cakra dan Nanggala memiliki ukuran dimensi 59,5 meter x 6,3 meter x 5,5 meter.

“...yang jelaskan karena ruangan yang sempit, kemudian durasi waktu yang lama dibawah air, kan bukan lingkungan normal kan buat manusia, kemudian juga dari ruang yang sempit itu banyak orang yang beraktivitas saya rasa mungkin itu salah satu yang paling utama yang bisa menyebabkan stres. Misalnya satu orang terkena pilek karena lingkungan sempit, udara terbatas jadi bisa kena semua.” (wawancara tanggal 25 Januari 2013)

“Kalau dari faktor pekerjaan sendiri yang jelas orang kapal selam karena pekerjaan dibawah lingkungan air dan tidak biasa, resikonya tinggi, resikonya bukan cuman kayak supir atau tukang becak kan yang jelas resikonya, faktor resiko tinggi.” (wawancara tanggal 25 Januari 2013)

Penelitian yang dilakukan oleh Amy, dkk (2009) yang dilakukan di Walter Reed Army Institute menyatakan bahwa didalam organisasi kemiliteran, prajurit mengalami tingkat stres yang cukup tinggi, salah satunya disebabkan oleh tuntutan pekerjaan yang tinggi, bekerja dengan waktu yang lama, kedisiplinan prajurit serta pengawasan yang ketat. Selain itu mereka merasakan berada dibawah tekanan, sehingga individu mengalami kendala dalam mengontrol diri didalam aturan kemiliteran dan individu tidak mampu untuk bertahan dalam melakukan tugas-tugas selanjutnya (Baumeister, 2001 dalam Amy, dkk., 2009).

Robbins & Judge (2007) mengindikasikan terdapat gejala yang ditimbulkan dengan adanya stres, yaitu gejala fisik, psikologis, dan perilaku. Gejala fisik dapat dilihat dengan adanya dampak langsung berupa perubahan kesehatan dari orang yang menderita stres. Perubahan yang terjadi misalnya perubahan metabolisme tubuh, meningkatnya tekanan darah, meningkatnya detak jantung, keluhan sakit kepala, dan berdampak pada serangan jantung. Gejala psikologi muncul dengan adanya ketidakpuasan, ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, dan suka menunda-nunda pekerjaan. Gejala ketiga yang disebabkan oleh stres adalah pada perilaku karyawan. Indikasinya antara lain menurunnya produktivitas, meningkatnya absensi, perputaran tenaga kerja semakin tinggi. Gejala perilaku, juga dapat berakibat pada kebiasaan pola makan, meningkatnya konsumsi rokok dan alkohol, bicara cepat, gelisah, dan gangguan tidur.

Akibat yang ditimbulkan dari stres kerja ini tidak hanya pada individu, namun juga akan mempengaruhi lingkungan sekitar individu dan organisasi tempatnya

bekerja (Stranks, 2005). Robbins & Judge (2007) mengemukakan bahwa karyawan yang mengalami stres kerja akan menunjukkan perilaku tertentu. Stres kerja yang dialami karyawan membuat karyawan menjadi depresi, rawan mengalami kecelakaan saat kerja, sulit membuat keputusan, sulit berkonsentrasi saat kerja (Robbins & Judge, 2007). Apabila dampak stres kerja dibiarkan terus menerus dan tidak diatasi, maka akan menimbulkan berbagai macam penyakit, antara lain serangan jantung koroner, darah tinggi, diabetes serta stroke (Stranks, 2005). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gejala stres dapat mempengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan perilaku karyawan yang mengalami stres.

Menurut Lazarus dan kolega (Lazarus, 1999; Lazarus & Folkman, 1984 dalam Sarafino, 2008) transaksi dalam stres merupakan hasil dari *cognitive appraisal* yang merupakan suatu proses mental dalam diri seseorang yang terdiri atas dua faktor, yaitu tuntutan yang mengancam kesejahteraan fisik dan psikologis dan yang kedua yaitu sumber daya yang mampu mengatasi tuntutan tersebut. Kedua faktor tersebut terlihat pada dua tipe penilaian *primary appraisal* dan *secondary appraisal*. *Primary appraisal*, merupakan penilaian pertama kita terhadap makna situasi yang terjadi dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan, hasil penilaian tersebut berupa kerusakan, ancaman, dan tantangan. Sementara *secondary appraisal* menunjukkan pada penilaian kita yang dilakukan terus-menerus terhadap sumber daya yang dimiliki untuk mengatasi stress. Seseorang secara khusus akan waspada ketika menghadapi situasi yang berpotensi menimbulkan stres dan berusaha untuk menggunakan sumber daya yang dimiliki dalam

menghadapi kerusakan, ancaman, dan tantangan. *Stressor* diartikan berbeda oleh setiap individu sesuai dengan penilaian kognitifnya, sehingga tidak semua *stressor* dianggap sebagai situasi yang penuh dengan stres oleh beberapa individu. Setiap orang berbeda dalam merespon pengalaman stres walaupun memiliki *stressor* yang sama (Sarafino, 2008).

Coping merupakan proses saat individu berusaha mengatur ketidaksesuaian yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki dalam situasi yang menimbulkan stres. Usaha tersebut dinilai dapat memperbaiki dan membantu untuk mengubah persepsinya mengenai ketidaksesuaian, mentoleransi, atau menerima penderitaan, atau ancaman dan melarikan diri atau menghindari situasi (Sarafino, 2008). Usaha-usaha baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengatasi, meredakan, dan mentolerir tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal disebut *coping strategy* (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi *coping* dikategorikan menjadi dua, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* yaitu perilaku *coping* yang berpusat pada masalah. *Emotional focused coping*, yaitu perilaku menyelesaikan masalah yang berpusat pada emosi (Lazarus & Folkman, 1984).

Coping pada lingkungan ekstrim (seperti kapal selam) memerlukan pengembangan keterampilan fisiologis, psikologis, dan sosial yang tinggi (Risberg dkk, 2004; Sandal, 1998; Suedfeld & Baja, 2000 dalam Kimhi, 2011). Pekerjaan pada lingkungan yang ekstrim membutuhkan kemampuan dan strategi *coping* yang memungkinkan individu untuk berhasil mengatasi *stressors* yang

khas pada lingkungan ini (Sandal, 1999 dalam Kimhi, 2011). Setiap individu mempunyai penilaian tersendiri terhadap lingkungan ekstrim. Lingkungan ekstrim bagi beberapa individu belum tentu menjadi tempat yang penuh dengan *stressor*, hal ini dipengaruhi oleh bagaimana individu memberikan penilaian terhadap situasi tersebut.

Tanggal 6 November 2012, penulis melakukan pengambilan data awal dengan menggunakan angket yang berisi tentang pertanyaan mengenai gejala stres yang dikemukakan oleh Robbins & Judge (2007). Angket digunakan untuk mengetahui kondisi para awak kapal selam. Angket diisi oleh 80 awak dari 200 awak kapal selam Koarmatim. Hasil persentase gejala stres ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 1
Persentase Gejala Stres

No	Gejala stress	Jumlah (subjek)	Presentase
1	Sakit perut	2	2,47%
2	Detak jantung meningkat	2	2,47%
3	Sesak nafas	1	1,23%
4	Tekanan darah meningkat	1	1,23%
5	Sakit kepala	4	4,94%
6	Sakit punggung disertai sakit kepala	5	6,17%
7	Gangguan atau nyeri perut	5	6,17%
8	Cemas	8	9,88%
9	Tegang	6	7,41%
10	Bosan	14	17,28%
11	Tidak puas dengan pekerjaan	11	13,58%
12	Mudah marah	7	8,64%
13	Menunda-nunda pekerjaan	12	14,81%
14	Konsumsi alkohol meningkat	1	1,23%
15	Konsumsi rokok meningkat	16	19,75%
16	Menolak perintah yang bukan dari tugas	12	14,81%
17	Nafsu makan meningkat	22	27,16%
18	Nafsu makan menurun	9	11,11%
19	Sering absen	1	1,23%
20	Performa kerja menurun	5	6,17%

21	Berbicara dengan tempo cepat	8	9,88%
22	Gelisah	9	11,11%
23	Sering tidur	23	28,40%
24	Susah tidur	10	12,35%
25	Tidak nyaman	6	7,41%
26	Takut	6	7,41%
27	Tertekan	5	6,17%

Persentase hasil angket yang diperoleh dari 80 awak kapal selam Koarmatim adalah 9,48% awak kapal selam mengalami gejala fisik, 27,49% mengalami gejala psikologis, dan 63,03% mengalami gejala perilaku. Hasil persentase pada masing-masing gejala stres dalam angket tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres awak kapal selam Koarmatim tidak tinggi. Berikut tabel jumlah gejala stres yang dijawab oleh 80 awak kapal selam Koarmatim:

Tabel 2
Jumlah Gejala Stres

No	Jumlah Aitem	Jumlah Subjek
1	14	1
2	12	2
3	11	1
4	10	1
5	9	3
6	8	1
7	7	2
8	6	2
9	5	4
10	4	5
11	3	5
12	2	14
13	1	8
14	0	31
Total	211	80

Tabel 2 diatas menunjukkan jumlah yang tidak tinggi, sehingga awak kapal selam Koarmatim memiliki kriteria tersendiri dalam melakukan *coping*. Berdasarkan hasil tersebut, maka penulis tertarik untuk mengetahui strategi

coping stress awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang strategi *coping* yang digunakan awak kapal selam Koarmatim pada saat berlayar kepada masyarakat umum.

1.2. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, fokus penelitian ini adalah strategi *coping stress* awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar. Maka dari itu permasalahan penelitian dapat dirumuskan dalam *grand tour question* yaitu Bagaimanakah strategi *coping stress* awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar? Penulis kemudian memperkaya *grand tour question* ini dengan menambahkan *sub question* yaitu:

1. Strategi *problem focused coping* apa yang digunakan oleh awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar?
2. Strategi *emotion focused coping* apa yang digunakan oleh awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar?
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi awak kapal selam Koarmatim dalam melakukan *coping* pada saat berlayar?

1.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Tugas awak kapal selam diakui sebagai salah satu tugas penuh dengan stres dan beban psikologis dibanding dengan militer lainnya. Menurut Eid, dkk (2002,

dalam Kimhi, 2011), terdapat stres utama yang dialami oleh awak kapal selam, yaitu bekerja di ruang tertutup dan kecil, tidak ada siang dan malam, terkekang, terisolasi dengan dunia luar, rutinitas yang monoton, berpisah dengan anggota keluarga dengan waktu yang lama, tanggung jawab operasional yang lama dan potensi bahaya yang tinggi. Masalah-masalah yang dialami awak kapal selam tersebut menarik perhatian beberapa peneliti untuk melakukan penelitian seputar *coping stress* awak kapal selam. Seperti Sandal (1999), yang meneliti tentang hubungan kepribadian dengan strategi *coping* selama misi kapal selam, dimana dalam penelitian tersebut menghasilkan karakteristik kepribadian yang dapat digunakan dalam seleksi awak kapal selam.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Kimhi (2011), yang melakukan penelitian tentang memahami *coping* yang baik pada awak kapal selam Israel pada situasi lingkungan yang ekstrim. Lingkungan ekstrim pada penelitian tersebut merupakan konteks eksternal yang mengekspos individu pada tuntutan keadaan psikologis dan/atau kondisi-kondisi fisik, dan yang dapat memiliki efek mendalam pada kinerja kognitif dan perilaku. Sehingga *coping* pada lingkungan ekstrim memerlukan pengembangan keterampilan fisiologis, psikologis dan sosial yang tinggi. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan berfikir positif, optimis dan humor dengan bercanda merupakan strategi penanganan yang sukses dalam menangani stres.

Banyak penelitian yang telah mengkaji topik seputar *coping stress* awak kapal selam yang dilakukan di luar negeri. Penelitian terhadap awak kapal selam di

Indonesia sampai dengan saat ini masih jarang dilakukan. Bahkan penulis belum menemukan penelitian tentang strategi *coping stress* pada awak kapal selam Indonesia. Hal inilah yang mendorong penulis untuk meneliti strategi *coping stress* pada awak kapal selam Koarmatim pada saat berlayar. Sebagian besar data pada Satuan Kapal Selam adalah rahasia dan tidak terbuka untuk diketahui masyarakat umum/sipil karena merupakan rahasia negara, namun penulis mendapat kesempatan untuk melakukan penelitian yang sebelumnya belum pernah dilakukan oleh masyarakat sipil terhadap awak kapal selam. Melalui kesempatan yang diberikan ini penulis berharap akan mendapat gambaran seputar strategi *coping stress* yang digunakan awak kapal selam sehingga dapat memberikan kontribusi bagi awak kapal selam yang lainnya.

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui deskripsi strategi *coping stress*, serta faktor yang mempengaruhi strategi *coping stress* yang digunakan oleh awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada saat berlayar.

1.5. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini kiranya dapat memberikan manfaat untuk:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai strategi *coping stress* pada awak kapal selam Koarmatim TNI AL pada

saat berlayar, sehingga dapat memperkaya pengetahuan peneliti tentang strategi *coping* khususnya bagi ilmu militer.

- b. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi terutama Psikologi Klinis
- c. Membuka peluang bagi penelitian selanjutnya mengenai *coping stress* pada awak kapal selam di Indonesia

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana bagi para awak kapal selam yang mengalami stres untuk mengetahui bagaimana strategi *coping stress* pada saat bertugas dikapal selam.