

LAMPIRAN

Lampiran I. Data Penunjang dan Kuesioner Strategi Penanggulangan Stres

DATA PRIBADI

Usia :

Status pernikahan : a. belum menikah
b. menikah
c. pernah menikah

Jumlah anak (jika ada)

Tingkat pendidikan terakhir : a. SD d. D3
b. SMP e. S1
c. SMU f. S2

Pangkat :

Alamat :

Telah bekerja selama : tahun

1. Apa yang menyebabkan saudara memutuskan untuk bekerja sebagai Anak Buah Kapal TNI-AL ?
2. Selama menjalani tugas di kapal, Saya seringkali sakit (ya/tidak)*
3. Hal apa saja yang biasanya dapat membuat saudara sakit ?
 - a. Saat menghadapi suatu masalah yang cukup berat
 - b. Perubahan Cuaca
 - c. Lainnya.....
4. Bila menghadapi suatu masalah apakah dapat mengganggu kesehatan saudara? (ya/tidak)*
5. Saat menghadapi suatu masalah apa yang akan saudara lakukan ?
 - a. Mencari pemecahan bersama dengan orang lain
 - b. Menyelesaikan masalah dengan melakukan banyak pertimbangan dan membuat rencana
 - c. Lainnya.....
6. Penghasilan yang diperoleh dari pekerjaan saudara :
 - a. Sangat memadai
 - b. Kurang memadai
 - c. Cukup memadai
 - d. Tidak memadai
7. Sarana dan prasarana yang ada di kapal dapat membantu mengurangi stress ketika Saya sedang menghadapi suatu masalah (ya/tidak)*

8. Apakah saudara memiliki seseorang yang dapat membantu saudara mengatasi setiap masalah yang saudara hadapi ? (ya/tidak)*
9. Pada saat menghadapi masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya mendapatkan dukungan dari rekan sesama ABK
- Sering
 - Kadang-kadang
 - Tidak pernah
10. Pada saat menghadapi masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya mendapatkan dukungan dari atasan
- Sering
 - Kadang-kadang
 - Tidak pernah
11. Pada saat menghadapi masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya mendapatkan dukungan dari keluarga
- Sering
 - Kadang-kadang
 - Tidak pernah
12. Saya merasa yakin bahwa Saya memiliki energi dan kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal (ya/tidak)*
13. Pada saat menghadapi masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya merasa yakin dapat menyelesaikannya (ya/tidak)*

* Coret yang tidak perlu

Kuesioner strategi Penanggulangan Stres

Petunjuk Pengisian

Kuesioner terdiri dari 59 pernyataan yang menggambarkan cara saudara mengatasi masalah. Saudara diminta untuk memilih jawaban yang tersedia dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu diantara pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan saudara. Adapun pilihan jawaban tersebut ialah :

1. Beri tanda silang pada kolom **(SS) Sangat Sering** jika saudara sangat sering menggunakan cara tersebut.
2. Beri tanda silang pada kolom **(S) Sering** jika saudara seringkali menggunakan cara tersebut.
3. Beri tanda silang pada kolom **(J) Jarang** jika saudara jarang menggunakan cara tersebut.
4. Beri tanda silang pada kolom **(SJ) Sangat Jarang** jika saudara sangat jarang menggunakan cara tersebut.

Semua jawaban yang saudara berikan tidak ada yang salah, jika pilihan jawaban yang tersedia kurang dapat menggambarkan cara saudara dalam menghadapi masalah, maka pilihlah yang paling mendekati.

Atas kesedian saudara mengisi kuesioner ini, saya ucapkan terima kasih.

No.	PERNYATAAN	SS	S	J	SJ
1.	Saya merasa dengan berjalannya waktu, maka akan ada perubahan bagi masalah yang sedang Saya hadapi, jadi hal yang biasa Saya lakukan adalah menunggu.				
2.	Saya akan meluapkan kemarahan pada orang lain jika Saya sedang memiliki masalah.				
3.	Saya mencoba menganalisa penyebab dari masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
4.	Saya tidak akan bekerja dengan giat karena merasa jenuh dan bosan dengan situasi di kapal.				
5.	Saya tidak memendam sendiri jika saya mengalami suatu masalah.				
6.	Saat berhadapan dengan masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya akan meredakan perasaan dulu sebelum mengambil keputusan untuk bertindak.				
7.	Saya berusaha mendapatkan pengertian orang lain tentang masalah yang Saya hadapi.				
8.	Saya sulit meredakan beban perasaan karena kesulitan yang saya alami dalam menjalankan tugas di kapal, yang sebenarnya bukanlah				

	tanggung jawab Saya.				
9.	Saya mengubah hal yang menyebabkan masalah sehingga segalanya menjadi lebih baik.				
10.	Saya menerima konsekuensi Saya sebagai Anak Buah Kapal TNI-AL, walaupun terkadang konsekuensi tersebut membebani Saya.				
11.	Saya menjaga bentuk perilaku Saya dalam menjalani tugas di kapal.				
12.	Saya mencoba mengambil hikmah dari kesulitan-kesulitan yang Saya hadapi sebagai ABK.				
13.	Saya tidak mencari cara atau metode lain dalam menjalani tugas di kapal.				
14.	Saya membuat cara agar dalam menjalankan tugas di kapal menjadi menyenangkan.				
15.	Saya menerima masalah yang Saya hadapi apa adanya karena tidak ada yang bisa Saya lakukan.				
16.	Saya percaya bahwa Saya memiliki masalah selama menjalani tugas di kapal.				
17.	Saya tidak menceritakan kepada siapa pun tentang masalah yang Saya hadapi.				
18.	Saya berusaha mendekatkan diri pada Tuhan YME				

	dengan berdoa saat Saya menghadapi masalah.				
19.	Saya mengatakan pada diri sendiri hal-hal yang dapat membuat perasaan menjadi lebih baik.				
20.	Saya tidak mempersiapkan diri untuk mengalami kegagalan dalam menjalankan tugas di kapal.				
21.	Saya menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan lain agar tidak perlu memikirkan masalah yang membuat Saya jenuh.				
22.	Saya menemukan harapan baru saat menghadapi kesulitan selama menjalani tugas di kapal.				
23.	Saya tidak belajar dari pengalaman masa lalu Saya saat menghadapi masalah dalam menjalani tugas di kapal.				
24.	Saya menjaga pikiran Saya dan tidak mencampuradukan masalah yang Saya hadapi di kapal dengan masalah lain.				
25.	Saya tidak dapat menerima kegagalan dalam melaksanakan tugas yang diberikan pada Saya.				
26.	Saya meminta nasehat kepada orang lain tentang masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				

27.	Bila merasa jenuh, Saya mengingatkan diri sendiri bahwa kesulitan dalam menjalani tugas yang diberikan pada Saya adalah tanggung jawab Saya untuk mengatasinya.				
28.	Ketika Saya melakukan kesalahan dalam pekerjaan Saya akan berusaha berulang kali memperbaiki pekerjaan Saya sampai dengan sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh atasan pada Saya.				
29.	Saya menerima masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal sebagai kehendak Tuhan walau kadang-kadang menyakitkan.				
30.	Saya berbicara kepada seseorang yang dapat memberi dukungan untuk menyelesaikan masalah Saya.				
31.	Saya berusaha melupakan beban perasaan yang Saya alami dalam menjalankan tugas di kapal.				
32.	Jika Saya menghadapi masalah Saya akan minum-minuman keras agar Saya merasa lebih baik				
33.	Saya tahu cara mengatasi masalah yang Saya alami selama menjalani tugas di kapal, tetapi Saya tidak melakukan apapun untuk itu.				

34.	Saya sadar bahwa sebagai seorang ABK saya akan menghadapi berbagai tuntutan tugas dari atasan yang harus Saya jalani.				
35.	Saya berjanji pada diri sendiri untuk lebih tenang dan bijaksana dalam menghadapi masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
36.	Saya tidur lebih banyak untuk mengatasi kebosanan di kapal.				
37.	Daripada stress memikirkan masalah yang Saya alami, Saya akan mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan.				
38.	Saya tidak bisa melihat manfaat dari pekerjaan Saya sebagai ABK.				
39.	Saya berkata-kata keras pada rekan Saya apabila rekan Saya bekerja tidak sesuai dengan tugas yang diberikan.				
40.	Saya tidak menemukan apa yang penting dalam hidup ini saat menghadapi masalah yang Saya alami dalam menjalankan tugas di kapal.				
41.	Bila Menghadapi Masalah Saya akan merokok agar Saya merasa lebih baik				

42.	Saya merasa tuntutan kerja sebagai ABK adalah suatu tekanan bagi Saya.				
-----	---	--	--	--	--

Lampiran 2. Kisi-kisi Alat Ukur Try Out

Aspek Coping Stres	Dimensi	Indikator	No.Item
Problem Focused Coping	Plantful	-Membuat Perencanaan	1(+) 4(+) 10(+)
		-Membuat alternative penyelesaian masalah	16(-)
		-Belajar dari pengalaman masa lalu	31(-)
	Confrontative	-Mengungkapkan kemarahan	3(+) 54(+)
		-Melipatgandakan usaha untuk menyelesaikan masalah	39(+)
		-Melakukan sesuatu yang belum tentu bermanfaat	56(+)
		-Berpegang pada pendirian	37(-)
Emotion Focused	Distancing	-Menunggu sampai masalah selesai dengan sendirinya	2(+) 18(+)
		-Tidak memikirkan masalah	11(+) 24(-) 12(+)
		-Tetap melakukan aktivitas dan mencoba melupakan masalah	5(-) 32(+)
		-Menerima masalah sebagai kehendak Tuhan	40(+)
		-Mencoba melupakan semua kesulitan	25(+) 43(+) 59(-)
		-Berolahraga sampai dengan lelah	57(+)
	Self Control	-Memendam perasaan sendiri	6(-) 13(-)

		-Membuat situasi menjadi menyenangkan	17(+)
		-tidak bertindak tergesa-gesa	7(+)
		-Mensugesti diri	26(+)
		-Menjaga pikiran dan tingkah laku	14(+) 33(+)
		-Melihat masalah dari sudut pandang orang lain	19(+)
		-Memperiapkan diri menerima hal buruk	27(-) 34(-)
	Escape avoidance	-Menolak mengalami masalah	21(-) 29(+) 51(+)
		-Mengharap keajaiban	48(-)
		-Tidur lebih banyak	49(+)
		-Melakukan hal yang lebih menyenangkan	51(+)
		-Membuat perasaan menjadi lebih baik dengan minum-minuman keras, dan merokok	44(+) 58(+)
		-Harapan mengenai jalan keluar	50(+)
	Positive Reappraisal	-Menerima tuntutan kerja sebagai hal yang positif	15(+) 53(-)
		-Berdoa	23(+)
		-Menemukan hal baru	30(+) 55(+)
	Seeking social	-Mencari simpati orang lain	8(+) 42(-)

	support	-Berbicara pada seseorang untuk mendapat penjelasan	22(-)35(+)
		-Mencari bantuan ahli	20(-)28(+)
		-Mencari seseorang untuk mendapatkan dukungan	41(+)
		-Mencari orang yang mengerti masalah	36(+)
	Accepting responsibility	-Menerima tanggung jawab dan melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan	9(-)38(+) 45(-)
		-Sadar dan berjanji pada diri sendiri	46(+) 47(+) 52(-)

Kisi-Kisi Setelah Try Out

Aspek Coping Stres	Dimensi	Indikator	No.Item
Problem Focused Coping	Plantful	-Membuat Perencanaan	4(+) 10(+)
		-Membuat alternative penyelesaian masalah	16(-)
	Confrontative	-Belajar dari pengalaman masa lalu	31(-)
		-Mengungkapkan kemarahan -Melipatgandakan usaha untuk menyelesaikan masalah	3(+) 54(+) 39(+)
Emotion Focused	Distancing	-Menunggu sampai masalah selesai dengan sendirinya	2(+) 18(+)
		-Tidak memikirkan masalah	12(+)
		-Tetap melakukan aktivitas dan mencoba melupakan masalah	5(-)
		-Menerima masalah sebagai kehendak Tuhan	40(+)
		-Mencoba melupakan semua kesulitan	43(+) 59(-)
	Self Control	-Memendam perasaan sendiri -Membuat situasi menjadi menyenangkan	6(-) 17(+)

		-tidak bertindak tergesa-gesa	7(+)
		-Mensugesti diri	26(+)
		-Menjaga pikiran dan tingkah laku	14(+) 33(+)
		-Mempersiapkan diri menerima hal buruk	27(-) 34(-)
	Escape avoidance	-Menolak mengalami masalah	21(-) 29(+)
		-Tidur lebih banyak	49(+)
		-Melakukan hal yang lebih menyenangkan	51(+)
		-Membuat perasaan menjadi lebih baik dengan minum-minuman keras, dan merokok	44(+) 58(+)
	Positive Reappraisal	-Menerima tuntutan kerja sebagai hal yang positif	15(+) 53(-)
		-Berdoa	23(+)
		-Menemukan hal baru	30(+) 55(+)
	Seeking social support	-Mencari simpati orang lain	8(+)
		-Berbicara pada seseorang untuk mendapat penjelasan	22(-) 35(+)
		-Mencari seseorang untuk mendapatkan dukungan	41(+)

	Accepting responsibility	-Menerima tanggung jawab dan melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan -Sadar dan berjanji pada diri sendiri	9(-)38(+) 45(-) 46(+) 47(+)
--	---------------------------------	---	--------------------------------------

Lampiran 3. Kuesioner Try Out

Petunjuk Pengisian

Kuesioner terdiri dari 59 pernyataan yang menggambarkan cara saudara mengatasi masalah. Saudara diminta untuk memilih jawaban yang tersedia dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu diantara pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan saudara. Adapun pilihan jawaban tersebut ialah :

5. Beri tanda silang pada kolom **(SS) Sangat Sering** jika saudara sangat sering menggunakan cara tersebut.
6. Beri tanda silang pada kolom **(S) Sering** jika saudara seringkali menggunakan cara tersebut.
7. Beri tanda silang pada kolom **(J) Jarang** jika saudara jarang menggunakan cara tersebut.
8. Beri tanda silang pada kolom **(SJ) Sangat Jarang** jika saudara sangat jarang menggunakan cara tersebut.

Semua jawaban yang saudara berikan tidak ada yang salah, jika pilihan jawaban yang tersedia kurang dapat menggambarkan cara saudara dalam menghadapi masalah, maka pilihlah yang paling mendekati.

Atas kesedian saudara mengisi kuesioner ini, saya ucapkan terima kasih

No.	PERNYATAAN	SS	S	J	SJ
1.	Saya menyusun rencana tentang hal yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah yang Saya alami.				
2.	Saya merasa dengan berjalannya waktu, maka akan ada perubahan bagi masalah yang sedang Saya hadapi, jadi hal yang biasa Saya lakukan adalah menunggu.				
3.	Saya akan meluapkan kemarahan pada orang lain jika Saya sedang memiliki masalah.				
4.	Saya mencoba menganalisa penyebab dari masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
5.	Saya tidak akan bekerja dengan giat karena merasa jenuh dan bosan dengan situasi di kapal.				
6.	Saya tidak memendam sendiri jika saya mengalami suatu masalah.				
7.	Saat berhadapan dengan masalah selama menjalani tugas di kapal, Saya akan meredakan perasaan dulu sebelum mengambil keputusan untuk bertindak.				
8.	Saya berusaha mendapatkan pengertian orang lain tentang masalah yang Saya hadapi.				

9.	Saya sulit meredakan beban perasaan karena kesulitan yang saya alami dalam menjalankan tugas di kapal, yang sebenarnya bukanlah tanggung jawab Saya.				
10.	Saya mengubah hal yang menyebabkan masalah sehingga segalanya menjadi lebih baik.				
11.	Saya tidak terlalu memikirkan masalah yang Saya hadapi selama menjalankan tugas di kapal.				
12.	Saya menerima konsekuensi Saya sebagai Anak Buah Kapal TNI-AL, walaupun terkadang konsekuensi tersebut membebani Saya.				
13.	Saya menceritakan perasaan Saya kepada orang lain tentang masalah yang Saya hadapi.				
14.	Saya menjaga bentuk perilaku Saya dalam menjalani tugas di kapal.				
15.	Saya mencoba mengambil hikmah dari kesulitan-kesulitan yang Saya hadapi sebagai ABK.				
16.	Saya tidak mencari cara atau metode lain dalam menjalani tugas di kapal.				
17.	Saya membuat cara agar dalam menjalankan tugas di kapal menjadi menyenangkan.				

18.	Saya menerima masalah yang Saya hadapi apa adanya karena tidak ada yang bisa Saya lakukan.				
19.	Saya berusaha melihat masalah yang Saya hadapi dari sudut pandang orang lain.				
20.	Saya tidak mencari bantuan orang professional untuk mengatasi kejenuhan yang Saya alami selama menjalani tugas di kapal.				
21.	Saya percaya bahwa Saya memiliki masalah selama menjalani tugas di kapal.				
22.	Saya tidak menceritakan kepada siapa pun tentang masalah yang Saya hadapi.				
23.	Saya berusaha mendekatkan diri pada Tuhan YME dengan berdoa saat Saya menghadapi masalah.				
24.	Saya sangat memikirkan masalah Saya selama menjalankan tugas di kapal.				
25.	Saya berusaha sementara waktu mengalihkan perhatian pada kegiatan lain untuk menghilangkan kejenuhan dalam bekerja, seperti bermain Play Station atau pergi dengan teman di kapal.				
26.	Saya mengatakan pada diri sendiri hal-hal yang dapat membuat perasaan menjadi lebih baik.				

27.	Saya tidak mempersiapkan diri untuk mengalami kegagalan dalam menjalankan tugas di kapal.				
28.	Saya mencari bantuan ahli untuk mengatasi beban perasaan Saya dalam menghadapi masalah yang Saya alami di kapal.				
29.	Saya menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan lain agar tidak perlu memikirkan masalah yang membuat Saya jenuh.				
30.	Saya menemukan harapan baru saat menghadapi kesulitan selama menjalani tugas di kapal.				
31.	Saya tidak belajar dari pengalaman masa lalu Saya saat menghadapi masalah dalam menjalani tugas di kapal.				
32.	Saya tetap menjalankan tugas Saya di kapal, seolah-olah Saya tidak menghadapi masalah apapun.				
33.	Saya menjaga pikiran Saya dan tidak mencampuradukan masalah yang Saya hadapi di kapal dengan masalah lain.				
34.	Saya tidak dapat menerima kegagalan dalam melaksanakan tugas yang diberikan pada Saya.				

35.	Saya meminta nasehat kepada orang lain tentang masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
36.	Saya berbagi cerita dengan rekan di kapal tentang masalah yang Saya hadapi.				
37.	Saya mengubah pendirian dalam mengatasi masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
38.	Bila merasa jenuh, Saya mengingatkan diri sendiri bahwa kesulitan dalam menjalani tugas yang diberikan pada Saya adalah tanggung jawab Saya untuk mengatasinya.				
39.	Ketika Saya melakukan kesalahan dalam pekerjaan Saya akan berusaha berulang kali memperbaiki pekerjaan Saya sampai dengan sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh atasan pada Saya.				
40.	Saya menerima masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal sebagai kehendak Tuhan walau kadang-kadang menyakitkan.				
41.	Saya berbicara kepada seseorang yang dapat memberi dukungan untuk menyelesaikan masalah				

	Saya.				
42.	Saya tidak mencari simpati siapapun tentang kesulitan yang Saya hadapi dalam menjalankan tugas di kapal.				
43.	Saya berusaha melupakan beban perasaan yang Saya alami dalam menjalankan tugas di kapal.				
44.	Jika Saya menghadapi masalah Saya akan minum-minuman keras agar Saya merasa lebih baik				
45.	Saya tahu cara mengatasi masalah yang Saya alami selama menjalani tugas di kapal, tetapi Saya tidak melakukan apapun untuk itu.				
46.	Saya sadar bahwa sebagai seorang ABK saya akan menghadapi berbagai tuntutan tugas dari atasan yang harus Saya jalani.				
47.	Saya berjanji pada diri sendiri untuk lebih tenang dan bijaksana dalam menghadapi masalah yang Saya hadapi selama menjalani tugas di kapal.				
48.	Saya tidak berharap akan ada keajaiban yang dapat menyelesaikan masalah Saya.				
49.	Saya tidur lebih banyak untuk mengatasi kebosanan di kapal.				

50.	Saya berkhayal ada situasi kapal yang lebih menyenangkan.				
51.	Daripada stress memikirkan masalah yang Saya alami, Saya akan mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan.				
52.	Saya tidak menyadari sepenuhnya bahwa sebagai ABK akan menghadapi berbagai tuntutan tugas dari atasan yang harus Saya jalani.				
53.	Saya tidak bisa melihat manfaat dari pekerjaan Saya sebagai ABK.				
54.	Saya berkata-kata keras pada rekan Saya apabila rekan Saya bekerja tidak sesuai dengan tugas yang diberikan.				
55.	Saya tidak menemukan apa yang penting dalam hidup ini saat menghadapi masalah yang Saya alami dalam menjalankan tugas di kapal.				
56.	Saya akan mengomel pada orang-orang di sekitar Saya ketika menghadapi masalah selama menjalani tugas di kapal walaupun Saya sadar cara ini tampaknya tidak berguna.				

57.	Saya akan berolahraga sampai dengan lelah untuk mengurangi stress ketika Saya menghadapi suatu masalah.				
58.	Bila Menghadapi Masalah Saya akan merokok agar Saya merasa lebih baik				
59.	Saya merasa tuntutan kerja sebagai ABK adalah suatu tekanan bagi Saya.				

Lampiran 4. Analisa Item (Validitas dan reliabilitas Alat Ukur)

No. Item	R	Validitas
1	0,117	Tidak Valid
2	0,402	Valid
3	0,384	Valid
4	0,426	Valid
5	0,508	Valid
6	0,460	Valid
7	0,316	Valid
8	0,411	Valid
9	0,439	Valid
10	0,531	Valid
11	0,138	Tidak valid
12	0,521	Valid
13	0,162	Tidak valid
14	0,566	Valid
15	0,515	Valid
16	0,433	Valid
17	0,692	Valid
18	0,408	Valid
19	0,165	Tidak valid
20	0,296	Tidak valid
21	0,312	Valid
22	0,389	Valid
23	0,517	Valid
24	0,198	Tidak valid
25	0,295	Tidak valid
26	0,510	Valid
27	0,654	Valid
28	0,183	Tidak valid
29	0,309	Valid
30	0,364	Valid

No. Item	R	Validitas
31	0,464	Valid
32	0,033	Tidak valid
33	0,417	Valid
34	0,328	Valid
35	0,440	Valid
36	0,218	Tidak valid
37	0,086	Tidak valid
38	0,521	Valid
39	0,511	Valid
40	0,442	Valid
41	0,533	Valid
42	0,038	Tidak valid
43	0,405	Valid
44	0,403	Valid
45	0,504	Valid
46	0,417	Valid
47	0,414	Valid
48	0,026	Tidak valid
49	0,568	Valid
50	0,065	Tidak valid
51	0,324	Valid
52	0,186	Tidak valid
53	0,750	Valid
54	0,368	Valid
55	0,806	Valid
56	0,259	Tidak valid
57	0,244	Tidak valid
58	0,484	Valid
59	0,487	Valid

Jumlah Item dipakai : 42 item

Jumlah Item dibuang : 17 item

Reliabilitas Alat Ukur (Alpha Cronbach) : 0,730 (derajat reliabilitas tinggi)

Lampiran Crosstab

Tabel 4.10. *Crosstab* kecenderungan umum dengan Status pernikahan

Kecenderungan Umum	Belum menikah		Menikah		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	8	44%	10	56%	18	100%
PFC	2	40%	3	60%	5	100%
EFC	6	26%	17	74%	23	100%

Tabel 4.11. *Crosstab* kecenderungan umum dengan alasan menjadi ABK

Kecenderungan Umum	Cita2& ingin Mengabdikan		Mencari Pekerjaan		Tidak Tahu		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	10	56%	7	39%	1	5%	18	100%
PFC	3	60%	1	20%	1	20%	5	100%
EFC	11	48%	11	48%	1	4%	23	100%

Tabel 4.12. *Crosstab* kecenderungan umum dengan sumber-sumber material (penghasilan)

Kecenderungan Umum	Memadai		Tidak Memadai		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	8	44%	10	56%	18	100%
PFC	3	60%	2	40%	5	100%
EFC	12	52%	11	48%	23	100%

Tabel 4.13. *Crosstab* kecenderungan umum dengan sumber-sumber material (fasilitas di Kapal "X")

Kecenderungan Umum	Mendukung		Tidak mendukung		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	12	67%	6	33%	18	100%
PFC	4	80%	1	220%	5	100%
EFC	12	52%	11	48%	23	100%

Tabel 4.14. Crosstab kecenderungan umum dengan keterampilan sosial yg adekuat

Kecenderungan Umum	Ya		Tidak		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	17	94%	1	6%	18	100%
PFC	3	60%	2	40%	5	100%
EFC	21	91%	2	9%	23	100%

Tabel 4.15. Crosstab kecenderungan umum dengan dukungan sosial (dari rekan sesama ABK)

Kecenderungan Umum	Sering		Kadang-kadang		Tidak pernah		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	11	48%	6	33%	1	19%	18	100%
PFC	4	80%	1	20%	0	0%	5	100%
EFC	12	52%	11	48%	0	0%	23	100%

Tabel 4.16. Crosstab kecenderungan umum dengan dukungan sosial (dari atasan)

Kecenderungan Umum	Sering		Kadang-kadang		Tidak pernah		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	6	33%	9	50%	3	17%	18	100%
PFC	2	40%	3	60%	0	0%	5	100%
EFC	9	39%	13	56%	1	5%	23	100%

Tabel 4.17. Crosstab kecenderungan umum dengan dukungan sosial (dari keluarga)

Kecenderungan Umum	Sering		Kadang-kadang		Tidak pernah		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	12	67%	5	28%	1	5%	18	100%
PFC	5	100%	0	0%	0	0%	5	100%
EFC	17	74%	3	13%	3	13%	23	100%

Tabel 4.18. *Crosstab* kecenderungan umum dengan keyakinan yang positif

Kecenderungan Umum	Ya		Tidak		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Seimbang	17	94%	1	6%	18	100%
PFC	5	100%	0	0%	5	100%
EFC	20	87%	3	13%	23	100%

Lampiran 5. TNI-AL (www.TNI-AL.com)

Sejarah TNI-AL

Berdirinya Badan Keamanan Rakyat Laut (BKR Laut) pada tanggal 10 September 1945 menjadi tonggak penting bagi kehadiran Angkatan Laut di lingkungan Negara Kesatuan Republik Indonesia yang diproklamirkan pada tanggal 17 Agustus 1945. Terbentuknya organisasi militer Indonesia yang dikenal sebagai Tentara Keamanan Rakyat (TKR) turut memacu keberadaan TKR Laut yang selanjutnya lebih dikenal sebagai Angkatan Laut Republik Indonesia (ALRI), dengan segala kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya. Sejumlah Pangkalan Angkatan Laut terbentuk, kapal - kapal peninggalan Jawatan Pelayaran Jepang diperdayakan, dan personel pengawaknya pun direkrut untuk memenuhi tuntutan tugas sebagai penjaga laut Republik Indonesia. Dalam masa sulit selama Pereang Kemerdekaan ALRI berhasil membentuk Corps Armada (CA), Corps Marinier (CM), dan lembaga pendidikan di berbagai tempat. Pembentukan unsur - unsur tersebut menandai kehadiran aspek bagi pembentukan Angkatan Laut yang modern.

Berakhirnya Perang Kemerdekaan menandai pembangunan ALRI sebagai Angkatan Laut modern. Sesuai dengan hasil Konferensi Meja Bundar (KMB), sejak tahun 1949, ALRI menerima berbagai peralatan perang berupa kapal - kapal perang beserta berbagai fasilitas pendukungnya berupa Pangkalan Angkatan Laut. Langkah ini bersamaan dengan konsolidasi di tubuh ALRI, pembenahan organisasi, dan perekrutan personel melalui lembaga pendidikan sebelum mengawaki peralatan matra laut. Selama 1949-1959 ALRI berhasil menyempurnakan kekuatan dan meningkatkan

kemampuannya. Di bidang Organisasi ALRI membentuk Armada, Korps Marinir yang saat ini disebut sebagai Korps Komando Angkatan Laut (KKO-AL), Penerbangan Angkatan Laut dan sejumlah Komando Daerah Maritim sebagai komando pertahanan kewilayahan aspek laut. Peralatan tempur ALRI pun bertambah baik yang berasal dari penyerahan Angkatan Laut Belanda maupun pembelian dari berbagai negara. Penyiapan prajurit yang profesional pun mendapatkan perhatian yang besar dengan mendirikan lembaga pendidikan untuk mendidik calon - calon prajurit strata tamtama, bintara, dan perwira, serta pengiriman prajurit ALRI untuk mengikuti pendidikan luar negeri.

Sejak tahun 1966 ALRI yang kemudian disebut dengan TNI AL mengalami babak baru dalam perjalanan sejarahnya seiring dengan upaya integrasi ABRI. Dengan adanya integrasi ABRI secara organisatoris dan operasional telah mampu menyamakan langkah pada pelaksanaan tugas di bidang pertahanan dan keamanan sehingga secara doktrinal, arah pengembangan kekuatan dan kemampuan setiap angkatan menjadi terpusat. Kegiatan - kegiatan nyata yang dilakukan TNI AL adalah mendirikan badan - badan pengkajian pembangunan kelautan bersama - sama dengan pemerintah dan swasta di beberapa daerah, program desa pesisir percontohan yang terangkum dalam Pembinaan Desa Pesisir (Bindesir), dan program Pembinaan Potensi Nasional menjadi Kekuatan Maritim (Binpotnaskuatmar). Dalam rangka menggelorakan jiwa bahari bangsa, TNI AL menggelar event kelautan skala internasional yaitu Arung Samudera 1995 yang berintikan Lomba Kapal Layar Tiang Tinggi dan perahu layar. TNI AL juga menjadi pendukung utama dicanangkan Tahun

Bahari 1996 dan Deklarasi Bunaken 1998 yang merupakan manifestasi pembangunan kelautan di Indonesia.

Reformasi internal di tubuh TNI membawa pengaruh besar pada tuntutan penajaman tugas TNI AL dalam bidang pertahanan dan keamanan di laut seperti reorganisasi dan validasi Armada yang tersusun dalam flotila - flotila kapal perang sesuai dengan kesamaan fungsinya dan pemekaran organisasi Korps Marinir dengan pembentukan satuan setingkat divisi Pasukan Marinir-I di Surabaya dan setingkat Brigade berdiri sendiri di Jakarta. Pembenahan - pembenahan tersebut merupakan bagian dari tekad TNI AL menuju Hari Esok yang Lebih Baik.

Visi dan Misi TNI-AL

TNI-AL memiliki Visi, yaitu :

Terwujudnya TNI-AL yang besar, kuat dan Profesional sehingga mampu mengemban tugas dan tanggung jawab untuk menegakkan kedaulatan dan keamanan Negara di laut.

Kemudian Misi dari TNI-AL adalah :

1. Melindungi dan menjaga keutuhan dan integritas bangsa dan Negara
2. Menegakkan kedaulatan dan keamanan di laut
3. Mengamankan dan memperlancar pembangunan nasional khususnya pembangunan kelautan
4. Mewujudkan postur TNI-AL yang besar, kuat dan profesional
5. Ikut mewujudkan perdamaian dunia melalui diplomasi angkatan laut

Adapun tugas-tugas pokok dari TNI-AL adalah :

1. Menyiapkan dan membina kekuatan untuk menegakkan kedaulatan dan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia serta melindungi kepentingan nasional di laut yurisdiksi nasional.
2. Menegakkan hukum di laut sesuai dengan kewenangan yang diatur dalam perundang-undangan nasional dan hukum internasional.
3. Melaksanakan operasi militer selain perang dan ikut serta secara aktif dalam tugas-tugas pemeliharaan perdamaian regional dan internasional.

Dalam kaitannya dengan tujuan dasar strategi militer, TNI AL memiliki dua fungsi dasar yaitu Pengendalian Laut dan Proyeksi Kekuatan. Dua fungsi ini saling berhubungan satu dengan lainnya. Tingkat pengendalian di laut sangat ditentukan dengan tersedianya kekuatan yang diproyeksikan. Sebaliknya, kemampuan untuk memproyeksikan kekuatan dibuat untuk mendukung pengendalian laut.

1. Pengendalian Laut. Pada dasarnya pengendalian laut bertujuan untuk menjamin kepentingan nasional di dan lewat laut, dan bertujuan agar mampu secara optimal memanfaatkan potensi laut yang dimilikinya untuk kepentingan bangsa sendiri, serta mampu mencegah atau menghambat pemanfaatan oleh bangsa lain yang dapat merugikan kepentingan sendiri.
2. Proyeksi Kekuatan, terbagi ke dalam :

- a. Proyeksi kekuatan sebagai bagian dari pengendalian laut. Adalah penggunaan dari kapal-kapal TNI AL dan pasukan Marinir untuk memastikan pengendalian dan terpeliharanya keamanan di laut dan daerah penting lainnya.
- b. Proyeksi kekuatan untuk mendukung kampanye kekuatan darat dan udara. Spektrum yang lebih luas ini meliputi operasi amfibi, penggunaan pesawat angkut udara, bantuan tembakan kapal terhadap sasaran di darat, dalam mendukung kampanye udara dan darat.

Anak Buah Kapal

Terdapat strata untuk para awak yang ada di TNI-AL. Strata tersebut terdiri dari strata perwira, bintara dan tamtama. Di dalam kapal terdapat komandan kapal, Palaksa (wakil dari komandan), beberapa departemen dan masing-masing departemen terbagi lagi menjadi beberapa divisi yang telah mempunyai tugas tersendiri. Untuk jabatan komandan, palaksa, kepala departemen dan juga kepala divisi dipegang oleh perwira-perwira kapal. Masing-masing departemen dan divisi dipimpin oleh perwira-perwira kapal. Divisi-divisi tersebut membawahi beberapa anak buah kapal (ABK). ABK ini terdiri dari para bintara dan tantama yang berusia antara 19 tahun sampai dengan 35 tahun. ABK memiliki tugas menjalankan perintah yang diberikan pimpinan pada masing-masing divisi sesuai dengan bagiannya masing-masing.

Para ABK sudah ada yang menikah dan ada pula yang belum menikah. Bagi ABK yang belum menikah dan yang keluarganya tinggal jauh diharuskan untuk tinggal di kapal. Di dalam kapal para ABK memiliki beberapa hak, antara lain menerima gaji, menerima uang berlayar dan juga mendapatkan cuti. Setiap kapal memiliki peraturan-

peraturan tertentu dan peraturan-peraturan tersebut harus dipatuhi oleh para ABK. Bila ada yang melanggar maka para ABK akan menerima hukuman baik hukum yang tertulis maupun lisan. Bila pelanggarannya tergolong ringan biasanya yang diberikan adalah hukum lisan, tetapi bila pelanggarannya tergolong berat maka hukuman yang diberikan berasal dari hukum yang tertulis.